

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES  
PADA WANITA PASCA MELAHIRKAN ANAK PERTAMA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) Pada Fakultas  
Ushuluddin dan Studi Agama**



**Oleh:**

**INDAR NURYATI  
1431080060**

**Program Studi : Psikologi Islam**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTANLAMPUNG  
TAHUN 1440 H / 2019 M**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES  
PADA WANITA PASCA MELAHIRKAN ANAK PERTAMA**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Oleh:

**Indar Nuryati**  
**1431080060**

Program Studi : Psikologi Islam

Pembimbing 1 : Dra. Hj. A. Retnoriani, S.Psi, M.Si

Pembimbing 2: Annisa Fitriani, S.Psi, MA

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1440 H/2019 M**

## ABSTRAK

### HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES PADA WANITA PASCA MELAHIRKAN ANAK PERTAMA

Oleh

Indar Nuryati  
1431080060

Ibu yang mengalami stres setelah melahirkan cenderung mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri karena dalam dirinya sedang mengalami ketidakseimbangan fisik maupun psikologis sehingga untuk menyeimbangkan dan menyesuaikan diri diperlukan dukungan sosial yang baik dan juga pengetahuan yang luas, oleh karena itu ibu yang memiliki kematangan dan kesiapan akan berhasil mengatasi stres setelah persalinan, sebaliknya ibu yang kurang pengetahuan akan persalinan dan kurang memiliki kesiapan tidak mampu mengatasi stres.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama di Desa Tamansari Kecamatan Gedongtataan Kabupaten Pesawaran. Hipotesis dalam penelitian ini, dengan mengendalikan pengetahuan ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama dan ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 31 orang. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial yang terdiri dari 40 item ( $r_{x1y-2}=0,946$ ) skala tingkat stres yang terdiri dari 40 item ( $r_{x2y}=0,816$ ) dan skala pengetahuan yang terdiri dari 30 item ( $r_{x1y}=0,511$ ). Analisis data yang digunakan adalah *korelasi parsial jenjang pertama*.

Hasil penelitian menunjukkan kesimpulan bahwa  $r_{xy-2}=0,219$  dengan  $p=0,245$  ( $p>0,05$ ) berarti dengan mengendalikan pengetahuan tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres dan  $r_{x2y}=0,238$  dengan  $p=0,197$  ( $p>0,05$ ) berarti tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres yang artinya ketiga variabel mempunyai hubungan yang negatif.

**Kata kunci: Dukungan Sosial, Tingkat Stres, Pengetahuan**

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Mengenai *Transliterasi* Arab-Latin ini digunakan sebagai pedoman Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

### 1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	‘ (Komaterbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	‘ (Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	H	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

### 2. Vokal

Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap	
ـَ	A	جَدَلْ	ا	Â	سَارَ	يْ...	Ai
ـِ	I	سَدِلْ	ي	Î	قَيْلْ	وْ...	Au
ـُ	U	ذَكِرْ	و	Û	يَجُورْ		

### 3. Ta Marbutah

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau

mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

#### **4. Syaddah dan Kata Sandang**

Dalam transliterasi, tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : al-Markaz, al-Syamsu.







**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

*Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703260*

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres  
 Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama  
**Nama** : Indar Nuryati  
**NPM** : 1431080060  
**Program Studi** : Psikologi Islam  
**Fakultas** : Ushuluddin dan Studi Agama

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang munaqosyah  
 Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Dra.Hj.A. Retno Riani, S.Psi., M.Si**  
**NIP.199603061993032004**

**Pembimbing II**

**Annisa Fitriani, S.Psi, MA**  
**NIP.198901120180120001**

**Mengetahui**

**Ketua Prodi Psikologi Islam**

**Drs. M. Nursalim Malay, M.Si**  
**NIP.1963010119990310001**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES PADA WANITA PASCA MELAHIRKAN ANAK PERTAMA**. Disusun oleh **INDAR NURYATI**. NPM : **1431080060**. Prodi : **PSIKOLOGI ISLAM**. Fakultas : **USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**, telah dimunaqosyahkan pada hari/tanggal : **JUMAT, 24 MEI 2019**.

**TIM DEWAN PENGUJI**

**Ketua** : **Dr. Himyari Yusuf, M.Hum** (.....)

**Sekretaris** : **Citra Wahyuni, M.Si** (.....)

**Penguji Utama** : **Drs. M. Nursalim Malay, M.Si** (.....)

**Penguji I** : **Dra. A. Retno Riani, M.Si** (.....)

**Penguji II** : **Annisa Fitriani, S.Psi, MA** (.....)

**DEKAN**

Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

**Dr. H. Arsyid Soiby Kesuma, Lc, M.Ag**  
 NIP. 195708231993031001



## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

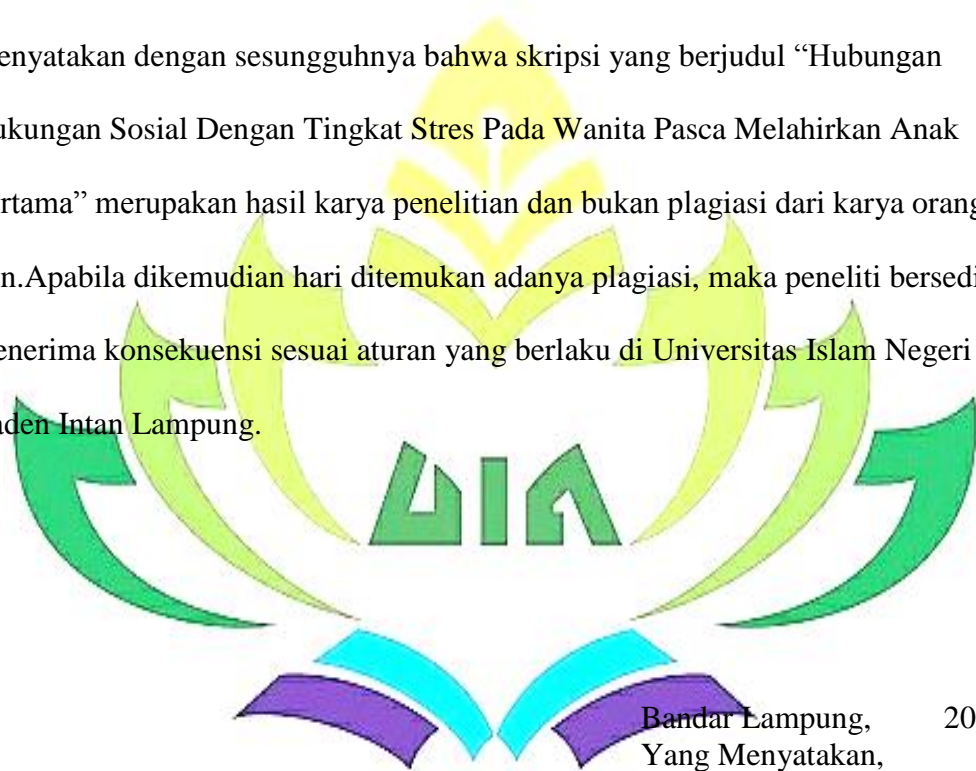
Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Indar Nuryati

NPM : 1431080060

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama” merupakan hasil karya penelitian dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



Indar Nuryati  
1431080060



## MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ  
اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ

*“Dan kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu  
bapaknya, ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-  
tambah, dan menyepihkan dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada- Ku dan  
kepada ibu bapakmu, hanya kepada- Ku-lah kembalimu.”*

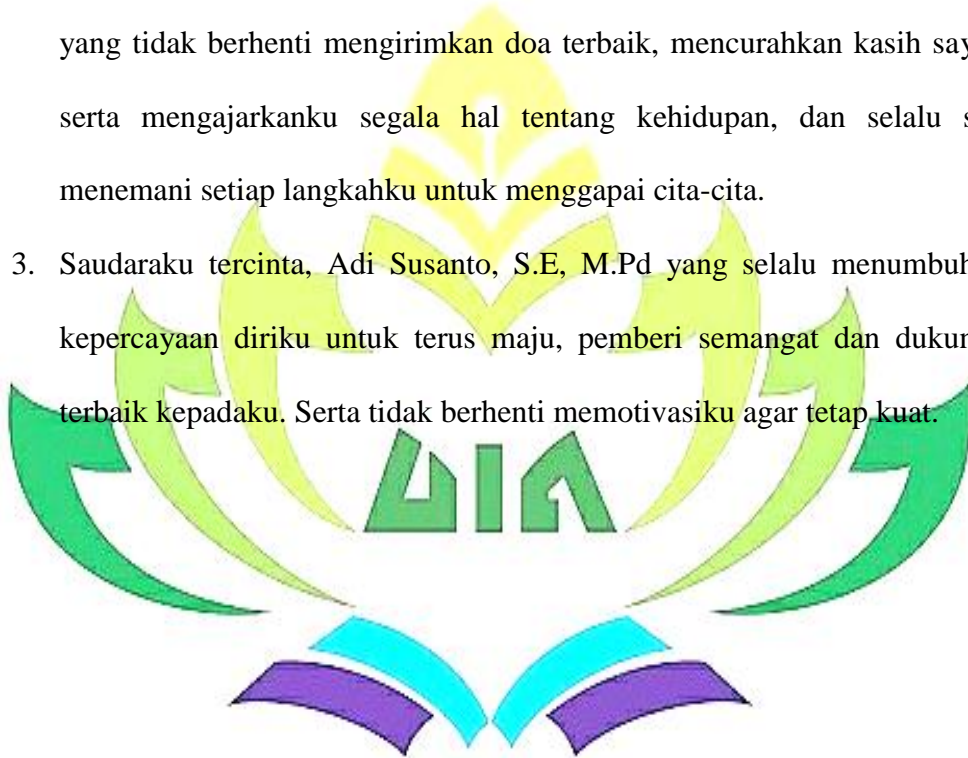
*(QS: Al- Luqman :14)*



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Segenap rasa syukur dan terimakasih kupersembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah subhanahu wa ta'ala, yang memberikan segala nikmat dan anugerah-Nya kepada setiap hamba-Nya serta memberikan kekuatan bagi hamba-Nya.
2. Kedua orang tuaku tercinta, bapak Suparyono (Alm.) dan Ibu Sri Utami yang tidak berhenti mengirimkan doa terbaik, mencurahkan kasih sayang serta mengajarkanku segala hal tentang kehidupan, dan selalu setia menemani setiap langkahku untuk menggapai cita-cita.
3. Saudaraku tercinta, Adi Susanto, S.E, M.Pd yang selalu menumbuhkan kepercayaan diriku untuk terus maju, pemberi semangat dan dukungan terbaik kepadaku. Serta tidak berhenti memotivasiku agar tetap kuat.



## RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap Indar Nuryati, dilahirkan di Fajar Asri pada tanggal 04 September 1996. Anak kedua dari dua bersaudara, dengan ayah yang bernama (Alm) Suparyono dan ibu yang bernama Sri Utami. Untuk pertama kali menempuh pendidikan di:

1. TK PKK Fajar Asri, Lulus tahun 2002
2. SDN 1 Fajar Asri, Lulus tahun 2008
3. SMPN 1 Seputih Agung, Lulus tahun 2011
4. SMK PGRI 1 Terbanggi Besar, Lulus tahun 2014

Pada tahun 2014 terdaftar sebagai salah satu mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.





## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama”.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik langsung maupun tidak langsung. Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. H. Arsyad Sobby Kesuma, LC.,M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang sudah menasehati peneliti untuk terus semangat apapun keadaanya.
2. Bapak Drs. M.Nursalim Malay, M.Si selaku Kepala Jurusan Psikologi Islam yang selalu membantu penulis dalam penghitungan hasil penelitian.
3. Bapak Dr. Idrus Ruslan, M.Ag selaku Pembimbing Akademik yang selalu memberikan semangat dan motivasi untuk meningkatkan IPK setiap kenaikan semester.
4. Ibu Dra.Hj.A. Retno Riani, S.Psi, M.Si. selaku Pembimbing I yang sudah meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti ditengah padatnya pekerjaan beliau.
5. Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA. selaku Pembimbing II yang selalu terbuka dan selalu memberikan saran yang terbaik untuk peneliti serta waktu yang diberikan untuk peneliti meskipun dalam keadaan sehat atau pun sedang tidak enak badan, terima kasih banyak bu icha.

6. Ibuku Erik Sri Utami, alm. Bapakku Suparyono, dan kakakku Adi Susanto, S.E., M.Pd. yang tercinta atas semua kasih sayang dukungan moril maupun materil serta doa yang selalu menyertai penulis.
7. Seluruh Bapak/Ibu karyawan Dekanat Fakultas Ushuluddin yang telah membantu penulis dalam mengurus keperluan terselesaikannya skripsi ini.
8. Bima Marestri Sena, S.Pd. yang dengan sabar banyak memberikan doa, waktu, perhatian serta dukungan yang sangat besar kepada penulis.
9. Sahabatku tercinta Siwi Rahmawati Nugroho, kedua kakak perempuan penulis Novi Anggraini dan Yeni Susanti.
10. Rekan-rekan jurusan psikologi angkatan 2014 terutama psikologi kelas B yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
11. Ibu-ibu di Desa Taman Sari Kecamatan Gedong Tataan yang sudah bersedia menjadi subyek penelitian.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Akhir kata penulis mohon maaf apabila masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan, AMIN.

Bandar Lampung, 2019

Indar Nuryati  
1431080060

## DAFTAR ISI

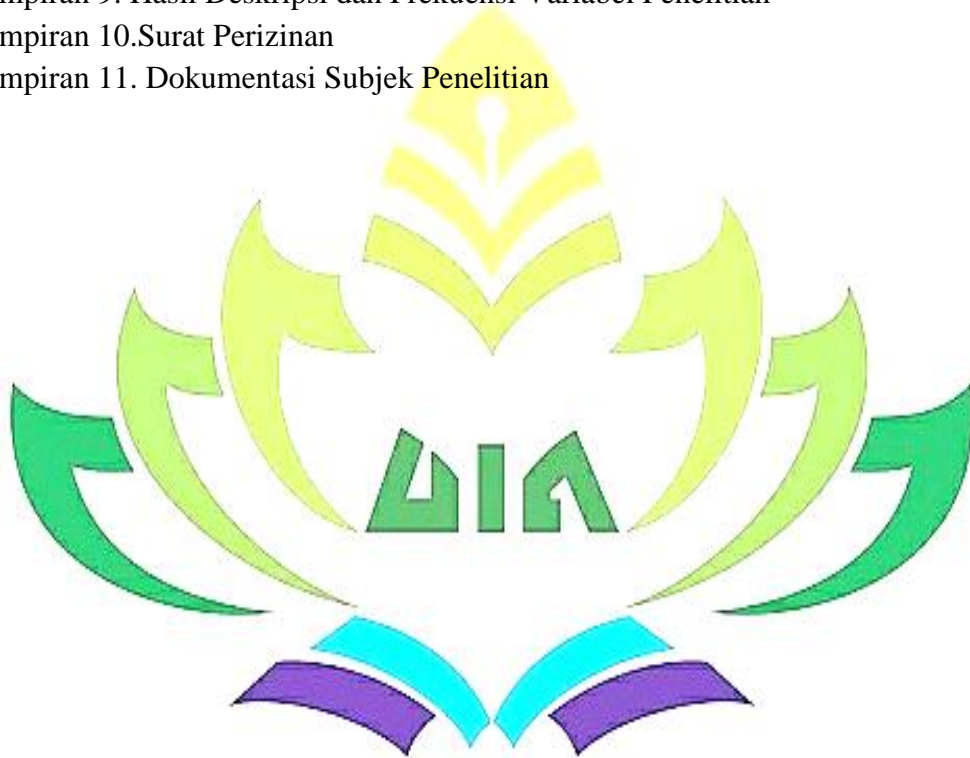
<b>HALAMANJUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	6
C. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
A. Stres .....	8
1. Pengertian Stres .....	8
2. Tingkat Stres .....	9
3. Aspek-aspek Stres .....	10
4. Jenis-jenis Stres .....	12
5. Tanda dan Gejala Stres .....	13
6. Sumber Stres .....	14
7. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi stres .....	15
8. Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama .....	17
B. Dukungan Sosial .....	19
1. Pengertian Dukungan Sosial .....	19
2. Komponen-komponen Dukungan Sosial .....	20
3. Faktor-faktorTerbentuknya Dukungan Sosial .....	22
4. Aspek-aspek Dukungan Sosial .....	24
5. Sumber-sumber Dukungan Sosial .....	26
6. Fungsi Utama Dukungan Sosial .....	28
C. Pengetahuan Ibu Melahirkan .....	29
1. Pengertian Pengetahuan Ibu Melahirkan .....	29
2. Tingkat Pengetahuan .....	30
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan ...	32
4. Pengukuran Pengetahuan .....	34
D. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stress	



Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama .....	34
E. Kerangka Berfikir.....	36
F. Hipotesis.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	39
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	39
C. Subjek Penelitian .....	41
D. Metode Pengumpulan Data.....	42
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Pengumpulan Data.....	46
F. Teknik Analisa Data .....	47
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>49</b>
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	49
1. Orientasi Kacah.....	47
2. Persiapan Penelitian .....	56
B. Pelaksanaan Penelitian .....	57
1. Pengumpulan Data .....	58
2. Pelaksanaan Scoring.....	58
C. Hasil Penelitian .....	59
1. Uji Instrument .....	59
2. Deskripsi Data .....	62
3. Analisa Data .....	65
D. Pembahasan .....	68
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>73</b>
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

### DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Data Uji Coba Skala Dukungan Sosial, Tingkat Stres dan Pengetahuan
- Lampiran 2. Data Penelitian Dukungan Sosial, Tingkat Stres dan Pengetahuan
- Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial
- Lampiran 4. Validitas dan Reliabilitas Tingkat Stres
- Lampiran 5. Skala Dukungan Sosial, Tingkat Stres dan Pengetahuan Untuk Penelitian
- Lampiran 6. *Blue Print* Penelitian
- Lampiran 7. Hasil Uji Asumsi Variabel Penelitian
- Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis Penelitian
- Lampiran 9. Hasil Deskripsi dan Frekuensi Variabel Penelitian
- Lampiran 10. Surat Perizinan
- Lampiran 11. Dokumentasi Subjek Penelitian



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Bagan Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama .....	38
--	----





## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Dalam Penelitian .....	41
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Tingkat Stres .....	43
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial .....	44
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Pengetahuan Ibu Melahirkan .....	45
Tabel 5. Uji Validitas Tingkat Stres .....	60
Tabel 6. Uji Validitas Dukungan Sosial .....	60
Tabel 7. Uji Validitas Pengetahuan Ibu Melahirkan .....	61
Tabel 8. Reliabilitas Skala Tingkat Stres .....	62
Tabel 9. Reliabilitas Skala Dukungan Sosial .....	62
Tabel 10. Reliabilitas Skala Pengetahuan Ibu Melahirkan .....	62
Tabel 11. Deskripsi Data Penelitian .....	63
Tabel 12. Kategorisasi Nilai Variabel Tingkat Stres .....	64
Tabel 13. Kategorisasi Nilai Variabel Dukungan Sosial .....	64
Tabel 14. Kategorisasi Nilai Variabel Pengetahuan Ibu Melahirkan .....	65
Tabel 15. Uji Normalitas Tingkat Stres, Dukungan Sosial dan Pengetahuan .....	66
Tabel 16. Uji Linieritas Tingkat Stres, Dukungan Sosial dan Pengetahuan .....	67
Tabel 17. Uji Hipotesis Tingkat Stres, Dukungan Sosial dan Pengetahuan .....	68



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Persalinan pertama atau sering kita sebut dengan primipara adalah wanita yang pertama kali melahirkan anak yang mampu bertahan hidup. Ibu primipara sebagai wanita yang telah menyelesaikan satu kehamilan dengan bayi yang dapat bertahan hidup. Jadi, bisa dikatakan primipara merupakan wanita yang baru pertama kali mempunyai anak dan baru menjadi ibu, (Lowdermilk, 2004). Belum adanya pengalaman yang dialami oleh ibu yang baru pertama kali melahirkan terkadang dapat menimbulkan masalah-masalah yang mana dapat mengakibatkan kesulitan dalam menyesuaikan peran baru hal tersebut apabila dibiarkan saja maka dapat mengakibatkan sebagian ibu mengalami stres pasca melahirkan.

Salah satu contoh kasus stres yang dialami oleh salah satu artis Indonesia pasca melahirkan yang bernama Mytha Lestari seperti pada penjelasannya "Habis melahirkan aku sempat mengalami stres," ujar Mytha saat jumpa pers di Brawijaya Hospital and Clinic, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, pada hari Minggu tanggal 5 agustus 2018. Akibat dari stres tersebut Mytha mengatakan bahwa ASI nya tidak keluar selama dua hari (<http://www.tribunnews.com/seleb/2018/08/05/mytha-lestari-alami-stres-pasca-melahirkan>). Berdasarkan fenomena yang terjadi, saat peneliti melakukan wawancara pada tanggal 04 Desember 2018 di Desa Bangun Harjo Pesawaran yaitu seorang ibu muda yang berinisial SA (23 tahun) yang memilik bayi berumur 2 minggu yang mengatakan bahwa dia sempat merasa takut, cemas, kemudian tidak nafsu makan, tak jarang juga mengalami emosi yang

kurang stabil akibat dari penyesuaian terhadap peran barunya sebagai ibu. Melihat dari contoh diatas peneliti mengemukakan bahwa salah satu yang dapat mengurangi stres adalah dukungan sosial, yang dapat diperoleh dari keluarga dan lingkungan tempat ibu tersebut tinggal dampak dari dukungan sosial tersebut sangat membantu ibu berada pada emosi stabil sehingga tidak mengalami stres.

Pengertian dukungan sosial itu sendiri menurut Solehah (dalam Siegel dan Taylor, 2013) adalah informasi dari orang yang menunjukkan bahwa ia akan dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai serta menunjukkan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama. Sedangkan menurut Sarason (dalam Kuntjoro, 2002) dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat di andalkan, menghargai dan menyayangi kita.

Menurut Brownel dan Shumker (dalam Sulistyawati, 2010) terdapat efek tidak langsung dari dukungan sosial berarti dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan individu dengan mengurangi tingkat keparahan stres dari suatu peristiwa. Dukungan sosial ini dapat diperoleh dari sejumlah orang yang dianggap penting (*significant others*) seperti suami, anak, orang tua, saudara atau kerabat dan teman akrab (Kumolohadi, 2001).

Pendapat senada juga disampaikan oleh House dan Khan (dalam Kumolohadi, 2001) yang mana bentuk-bentuk dukungan sosial yaitu, dukungan emosional, dukungan ini ditunjukkan melalui ekspresi empati, perhatian dan kepedulian terhadap seseorang, dukungan penghargaan ditunjukkan melalui ekspresikan orang lain tentang pandangan yang positif terhadap seseorang



dorongan atau persetujuan terhadap gagasan dan perasaan seseorang. Dukungan instrumental, dapat diberikan secara langsung seperti ketika individu membutuhkan bantuan secara financial maka sebagai orang terdekat dapat memberikan pinjaman atau ketika individu mengalami kesulitan dalam melaksanakan pekerjaannya kita dapat menggantikan tugasnya. Dukungan informasi, yaitu pemberian nasehat, pengarahan, memberi masukan yang positif, atau memberi respon yang seperti apa yang dapat dilakukan oleh individu .

Ibu yang mengalami stres setelah melahirkan cenderung mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri karena dalam dirinya sedang mengalami ketidakseimbangan sehingga untuk menyeimbangkan dan menyesuaikan diri diperlukan dukungan sosial yang baik dan juga pengetahuan yang luas, oleh karena itu ibu yang memiliki kematangan dan kesiapan akan berhasil mengatasi stres setelah persalinan, sebaliknya ibu yang kurang pengetahuan akan persalinan dan kurang memiliki kesiapan tidak mampu mengatasi stres. Dari penjelasan tersebut maka diperoleh pendapat mengenai pengetahuan oleh beberapa ahli. Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan adalah perolehan dari mencari tahu, dan ini bisa terjadi melalui hasil observasi yang dilakukan oleh panca indera dari individu. Penginderaan didapat oleh panca indera yang dimiliki oleh manusia, yakni indera pengamatan, indera pendengaran, indera penciuman, indera rasa perasa dan peraba.

Komariyah (dalam Soekanto, 2008) pengetahuan adalah kesan yang ada di dalam pikiran individu sebagai hasil pengguna panca inderanya, yang berbeda kepercayaan (*beliefs*) takhayul (*superstitions*) serta informasi yang salah

(*misinformations*). Pada kehidupan sehari-hari, manusia sering berusaha untuk mengetahui keadaan atau gejala yang ada di sekitarnya. Rasa ingin tahu ini mendorong manusia untuk mendapatkan penjelasan mengenai keadaan atau gejala tersebut. Penjelasan atau informasi yang diperoleh manusia itu dapat disebut pengetahuan (*knowledge*) Seniaty, Yulianto dan Setiadi (2011). Dari contoh kasus tersebut dapat diamati bahwa stres yang dialami ibu setelah melahirkan dapat menimbulkan masalah-masalah baru. Sehubungan dengan pengorbanan seorang wanita pada kehamilan dan masa persalinan maka Allah SWT memerintahkan kepada umat manusia untuk berbakti kepada kedua orang mereka seperti yang terdapat pada QS. Fathir 11:

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ جَعَلَكُمْ أَزْوَاجًا وَمَا تَحْمِلُ مِنْ أُنْثَىٰ وَلَا تَضَعُ إِلَّا بِعِلْمِهِ وَمَا يُعَمِّرُ مِنْ  
مُعَمَّرٍ وَلَا يُنْقِصُ مِنْ عُمُرِهِ إِلَّا فِي كِتَابٍ إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ

*"Dan Allah menciptakan kamu dari tanah kemudian dari air mani, kemudian Dia menjadikan kamu berpasangan (laki-laki dan perempuan). Dan tidak ada seorang perempuanpun mengandung dan tidak (pula) melahirkan melainkan dengan sepengetahuan-Nya. Dan sekali-kali tidak dipanjangkan umur seorang yang berumur panjang dan tidak pula dikurangi umurnya, melainkan (sudah ditetapkan) dalam Kitab (lauhul mahfuz). Sesungguhnya yang demikian itu bagi Allah adalah mudah (QS. Fathir: 11)"*

Lebih lanjut penelitian yang dilaksanakan oleh Daman dan Salat (2014) tentang faktor resiko tingkat stres pada ibu nifas di wilayah kerja UPT Puskesmas Legung Timur Kecamatan Batang – Batang Kabupaten Sumenep Menunjukkan bahwa dari 9 ibu *primipara* lebih dari setengahnya (66,7%) mengalami stres sedang. Hasil analisis menggunakan uji korelasi spearman menghasilkan nilai *p-value*=0,002 yang bermakna ada hubungan yang positif atau signifikan antara faktor paritas dengan tingkat stres ibu nifas. Nilai korelasi signifikan menghasilkan nilai

negative sehingga semakin tinggi paritas ibu maka semakin rendah tingkat stres pada ibu nifas.

Maharani dan Fakhrurrozi (2014) Berdasarkan penelitian hubungan dukungan sosial dan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester ketiga pada Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, diketahui terdapat korelasi negative yang signifikan antara dukungan sosial dan kecemasan menghadapi kelahiran. Hasil lain juga memperlihatkan bahwa mean empiric skala dukungan sosial sebesar 122.23, berada diantara mean hipotetik ditambah satu standar deviasi ( $97,5+29,25$ ) yaitu sebesar 126,75 dan mean hipotetik yaitu sebesar 97.75. hal ini berarti skala dukungan sosial berada dalam rata-rata tinggi. Sedangkan mean empiric skala kecemasan dalam menghadapi persalinan sebesar 96,2 berada diantara mean hipotetik yaitu sebesar 15.5 dan mean hipotetik dikurang satu standar deviasi ( $15.5-7.75$ ) yaitu sebesar 7.75. hal ini berarti skala keceemasan dalam menghadapi persalinan berada dalam rata-rata rendah.

Montung, Adam dan Manueke (2016) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan pengetahuan dengan perilaku ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan, pengetahuan responden tentang persiapan persalinan di Puskesmas Danowudu sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 31 (54,4%), pengetahuan cukup sebanyak 14 (24,6%), dan pengetahuan kurang sebanyak 12 (21,05%). Perilaku responden tentang persiapan persalinan sebagian besar telah memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 44 (77,2%). Perilaku positif diartikan sebagai tindakan yang seharusnya dilakukan oleh ibu hamil trimester III dalam mempersiapkan persalinan. Pengetahuan yang baik mendukung responden dalam

berperilaku yang positif. Juga tingkat pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi seseorang.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas bahwasanya wanita yang melahirkan anak pertama cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi sehingga membutuhkan dukungan sosial baik dari keluarga, lingkungan, maupun teman sebaya. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama?

### **B. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan.
2. Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan.

### **C. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi pengembangan ilmu psikologi dan memperkaya khasanah dalam penelitian dukungan sosial, dan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

- a. Ibu melahirkan

Dapat mempererat hubungan antara ibu melahirkan dengan suami, agar selalu terbuka terhadap pasangan tentang apa saja masalah yang dihadapi setelah melahirkan, kemudian untuk mengembangkan



pengetahuan tentang pengasuhan anak, dan juga meminta dukungan dari kerabat dan teman dekat.

b. Keluarga

Dukungan keluarga sangat dibutuhkan bagi ibu yang baru pertama kali melahirkan untuk memberikan ketenangan serta kenyamanan menjalani peran barunya.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Stres

##### 1. Pengertian Stres

Stres didefinisikan sebagai suatu stimulus yang mengakibatkan ketidakseimbangan fungsi fisiologi dan psikologi Hernasyari (dalam Hudak dan Gallo, 2008). Peneliti lain yang bernama Hans Selye (dalam Hardjana, 1994) mendefinisikan stres sebagai respon non-spesifik tubuh terhadap beragam hal yang menimbulkan respon tersebut. Hernasyari (dalam Markam, 2003) mengatakan bahwa stres merupakan suatu keadaan dimana beban yang dirasakan terlalu berat dan tidak sepadan dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi beban yang dialaminya.

Stres yang sangat beragam menunjukkan bahwa stress bukanlah suatu hal yang sederhana. Salah satu definisi stres adalah gangguan pada fisik maupun psikologis yang disebabkan oleh perubahan dan besarnya tuntutan kehidupan individu Donsu (dalam Vincent Cornelli, Mustamir pedak, 2007). Melihat beberapa pendapat diatas peneliti menyimpulkan bahwa stres adalah suatu respon individu terhadap suatu *stressor* yang dialaminya, *stressor* dapat berupa perasaan tertekan, ketidaknyamanan akan peran baru, tidak mampu menerima keadaan baru yang terjadi pada dirinya atau bahkan penolakan yang berdampak pada terganggunya pola hidup yang biasanya individu jalani.

## 2. Tingkat Stres

Susane L (2017) mengatakan pada setiap individu mempunyai tingkat stres yang berbeda-beda, stres pada individu disebabkan oleh berbagai macam *stressor*, pada individu salah satu reaksi stresnya dipicu oleh berbagai stimulus, tingkatan stres secara umum diantaranya adalah:

### a. Stres normal

Stres normal merupakan bagian alamiah pada kehidupan setiap manusia dan setiap manusia pasti akan mengalami stres normal, bahkan saat dalam kandunganpun seorang bayi mengalami stres normal ini. Gejala stres normal biasanya muncul saat dalam situasi kelelahan, takut, jantung berdebar-debar.

### b. Stres ringan

Adalah kejadian stres yang dipicu *stressor* yang dialami selama beberapa menit sampai beberapa jam. Gejala dari stres ringan adalah bibir kering, bernafas terengah-engah, kesulitan menelan merasa lemah, goyah, berkeringat berlebihan saat *temperature* normal, takut tanpa alasan yang jelas dan merasa sangat lega saat situasi berakhir, dengan demikian adanya *stressor* ringan dalam jumlah banyak dalam waktu singkat akan menyebabkan peningkatan resiko penyakit individu.

### c. Stres sedang

Stres ini berlangsung lebih lama berkisar beberapa jam sampai beberapa hari. Stres sedang dapat terjadi saat terdapat masalah perselisihan yang tak bisa terselesaikan. Gejala yang timbul di antaranya mudah marah, beraksi berlebihan, sulit beristirahat, merasa cemas hingga mengalami kelelahan.

#### d. Stres berat

Adalah stres yang dialami mulai dari beberapa minggu hingga beberapa tahun. Stres ini dapat menimbulkan gejala tidak dapat merasakan perasaan positif, tidak kuat melakukan kegiatan, merasa pesimis secara berlebihan, sedih, tertekan dan sangat mudah untuk putus asa. Pada prinsipnya adalah semakin lama dan sering *stressor* menyebabkan stres maka semakin tinggi resiko stres yang ditimbulkan dan ketika terdapat resiko stres yang tinggi maka akan menyebabkan penurunan energi dan respon adaptif pada individu.

Berdasarkan teori diatas peneliti menyimpulkan bahwa tingkat stres dibagi menjadi empat macam yaitu stres normal, stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

### 3. Aspek-aspek Stres

Hernasyari (2008) menyatakan stres tidak bisa dihindarkan oleh siapa pun. Setiap orang dapat mengalami stres dan membuat individu tersebut mengalami gangguan dalam dirinya. Menurut Hardjana (1994) menyatakan gangguan yang dialami oleh individu tersebut meliputi empat aspek yaitu Aspek Fisik, Aspek Emosional, Aspek Intelektual, dan Aspek Interposol. Adapun keempat aspek dengan ciri-ciri sebagai berikut:

#### a. Aspek Fisik

Aspek fisik dari stres berkaitan dengan reaksi-reaksi fisik yang dialami oleh individu, seperti sakit kepala, insomnia atau susah tidur, sakit punggung, mengalami kesulitan untuk BAK, gatal-gatal pada kulit, leher



dan bahu terasa berat dan tegang, berkeringat secara berlebihan, selera makan menurun dan mudah lelah.

b. Aspek Emosional

Stres akan menimbulkan reaksi-reaksi emosional, yaitu perasaan gelisah, cemas, depresi, sedih, suasana hati atau mood yang naik turun secara cepat, mudah sekali marah, merasa gugup, merasa harga diri rendah, mudah tersinggung, gampang menyerang orang lain dan bermusuhan dengan orang lain.

c. Aspek Intelektual

Stres memiliki dampak terhadap system intelektual seseorang. Orang yang mengalami stres biasanya mengalami kesulitan untuk fokus, sulit mengambil keputusan, daya ingatannya menurun, pikiran kacau, kehilangan rasa humor, produktivitas kerja menurun dan sering berbuat kesalahan.

d. Aspek Interpersonal

Individu yang mengalami gangguan dalam hubungan sosialnya dengan orang lain, seperti merasa hilang kepercayaan kepada orang lain, mudah mempermasalahkan orang lain, membatalkan janji secara tiba-tiba atau tidak memenuhi janjinya, semua orang dianggap salah dalam segala hal, mengucapkan kata-kata yang tidak pantas, tertutup dan terkesan menjauhi orang lain dan mendiamkan orang.

Berdasarkan teori diatas peneliti menyimpulkan bahwa aspek stres ada empat macam yaitu Aspek Fisik, Aspek Emosional, Aspek Intelektual, dan yang terakhir adalah Aspek Interpersonal.

#### 4. Jenis – jenis Stres

Selye dalam Jaza Anil Chusna (2010) mengatakan bahwa terdapat dua jenis stress, yaitu *eustres* dan *distres*. *Eustres*, yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun). Ini adalah semua bentuk stres yang mendorong tubuh untuk beradaptasi dan meningkatkan kemampuan untuk beradaptasi. Ketika tubuh mampu menggunakan stres yang dialami untuk membantu melewati sebuah hambatan dan meningkatkan performa, stres tersebut bersifat positif, sehat, dan menantang (Walker J, 2002).

Pada penelitian ini stres yang dialami oleh ibu yang baru melahirkan digolongkan ke dalam stress yang positif (*eustres*), karena proses melahirkan seorang wanita bisa menjadi salah satu sebab timbulnya stress, namun kehadiran seorang anak dalam kehidupan seorang wanita adalah suatu kebahagiaan yang sangat didambakan.

Sedangkan *distres* yaitu hasil dari respon terhadap stress yang bersifat tidak sehat, negative, dan destruktif (bersifat merusak). *Distres* adalah semua bentuk stres yang melebihi kemampuan untuk mengatasinya, membebani tubuh, dan menyebabkan masalah fisik atau psikologis. Ketika seseorang mengalami *distres*, orang tersebut akan cenderung bereaksi

secara berlebihan, bingung, dan tidak dapat berperforma secara maksimal (Walker J, 2002),.

## 5. Tanda dan Gejala Stres

Fitriani (dalam Isnaini 2016) menyatakan beberapa tanda dan gejala yang muncul pada seseorang yang mengalami stres bisa terjadi pada perubahan fisik, mental, dan perilaku. Tanda dan gejala yang sering muncul yaitu:

### a. Fisik

Menurut WHO (2007) menyatakan tanda fisik yang muncul akibat stres antara lain cemas, panic, adanya tekanan, terburu-buru dan *irritable*, lelah, insomnia, nyeri kepala, berdebar-debar, nyeri dada, nafas pendek, *ekstremitas* tinggi, wajah terasa panas, berkeringat, flu, menstruasi terganggu, otot kaku dan tegang terutama bagian leher, bahu, dan punggung bawah.

### b. Mental

Tanda dan gejala yang sering muncul antara lain berkurangnya konsentrasi dan daya ingat, ragu-ragu, bingung, pikiran penuh dan kosong.

### c. Emosi

Tanda dan gejala yang sering muncul seperti cemas, depresi, putus asa, mudah marah, ketakutan, frustrasi, menangis tiba-tiba, *phobia*, rendah diri, merasa tak berdaya, menarik diri dari pergaulan, dan menghindari beberapa kegiatan.

d. Perilaku

Tanda dan gejala yang sering muncul adalah mondar – mandir, gelisah, menggigit kuku jari, perubahan pola makan, merokok, minum – minuman keras, berteriak, mengumpat bahkan melempar barang, memukul, menggosok – gosokan tangan, menggaruk – garuk kepala.

Berdasarkan hasil uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa tanda dan gejala stres yang sering ada 4 macam yaitu gejala fisik, gejala mental, gejala emosi, dan gejala perilaku.

## 6. Sumber Stres

Donsu (2017) mengatakan sumber stres terdiri dari tiga aspek yaitu:

a. Diri Sendiri

Sumber stres dalam diri sendiri, pada umumnya dikarenakan konflik yang terjadi antara keinginan dan kenyataan berbeda. Mengingat bahwa manusia adalah makhluk rohani, dan makhluk jasmani, maka *stresor* dapat dibagi menjadi tiga yaitu *stresor* rohani (spiritual), *stresor* mental (psikologi), dan *stresor* jasmani (fisikal).

b. Keluarga

Stres yang bersumber dari masalah keluarga dapat terjadi karena adanya perselisihan masalah keluarga, masalah keuangan, serta adanya tujuan yang berbeda di antara anggota keluarga.

c. Masyarakat dan Lingkungan

Masyarakat dan lingkungan juga menjadi salah satu sumber stres.



Kurangnya hubungan interpersonal, serta kurang adanya pengakuan di masyarakat, merupakan penyebab stres dari lingkungan dan masyarakat (Hidayat,2008).

## 7. Faktor - faktor Yang Mempengaruhi Stres

Fitriani (2016) menyatakan bahwa faktor-faktor mempengaruhi tingkat stres antara lain :

### a. Kemampuan Memperkirakan

Kemampuan seseorang untuk memperkirakan timbulnya stres meskipun belum dapat dikontrol.

### b. Kontrol Atas Jangka Waktu

Kemampuan seseorang individu mengendalikan berapa lama waktu kejadian stres.

### c. Evaluasi Kognitif

Kemampuan memahami stres pada setiap individu yang berbeda.

### d. Perasaan Mampu

Rasa percaya seseorang atas kemampuannya dalam menanggulangi stres.

### e. Dukungan Masyarakat

Adanya perhatian dari orang lain dapat membuat seseorang bertahan dalam menghadapi stres.

Beberapa situasi yang dapat menegangkan untuk individu menurut Taylor (2003) adalah sebagai berikut:

a. *Negative Events*

Banyak peristiwa yang berpotensi untuk menjadi suatu tekanan maupun ketegangan, terutama untuk peristiwa-peristiwa yang negative. Pada peristiwa-peristiwa negative menunjukkan hubungan yang kuat antara gangguan fisik dan kondisi psikologis seseorang saat berada pada keadaan yang sulit. Dengan demikian, saat peristiwa-peristiwa negative terjadi hal tersebut sangat berpotensi mempengaruhi kondisi psikologis dan kesehatan seseorang.

b. *Uncontrollable Events*

Kejadian yang tidak terkendali, seperti yang sering terjadi misalnya kebisingan, keramaian atau kegelisahan tampaknya menjadi hal yang tak terpisahkan dengan tekanan yang terjadi pada diri seseorang. Suatu penelitian menemukan, untuk dapat mengantisipasi kejadian yang menegangkan atau hal yang mengarah pada stres salah satunya yaitu dengan mengendalikan dan kesanggupan menyesuaikan diri terhadap kejadian negative yang berlangsung.

c. *Ambiguous Events*

Peristiwa ambigu merupakan kejadian yang tidak terprediksi sebelumnya yang membuat individu tidak memiliki kesempatan untuk melakukan suatu tindakan antisipasi. Pada akhirnya yang dapat dilakukan seseorang pada kejadian tersebut ialah mengerahkan kemampuannya untuk dapat memahami situasi yang

pada saat itu, sayangnya hal tersebut justru menjadi sumber pelemah tugas maupun kegiatannya.

d. *Overload*

individu dengan beban hidup yang terlalu berat lebih merasa tertekan dari pada individu dengan beban hidup yang jauh lebih ringan. Individu yang memiliki tugas terlalu banyak dikehidupannya dapat mengalami stres dengan tingkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang mempunyai tugas lebih sedikit.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres ada lima macam yaitu kemampuan memperkirakan, control atas jangka waktu, evaluasi kognitif, perasaan mampu, dukungan masyarakat.

## 8. Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama

Sylvia (2006) mengatakan bahwa stres pasca melahirkan cenderung dialami oleh sebagian besar ibu yang baru pertama kali melahirkan. Kondisi stres ini menunjukkan bahwa sebagian ibu baru mengalami perubahan emosional yaitu terkadang merasa bahagia dan di waktu yang hampir bersamaan merasakan kesedihan tanpa sebab. Perubahan emosional ini ditandai oleh adanya kekhawatiran akan perhatian dari suami atau keluarga terdekat yang teralihkan karena kehadiran bayi, ketakutan tubuhnya tidak lagi ideal, kekhawatiran tidak bias memberikan ASI kepada buah hati,

gelisah dan hilangnya minat untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang sebelumnya disukai dan dilakukan, merasa terabaikan oleh suami dan keluarga terdekat, merasa lelah dan kehilangan energi, kemampuan berpikir dan konsentrasi menurun, merasa bersalah dan tidak berguna, serta sulit tidur.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa stres pasca melahirkan adalah suatu kondisi dimana seorang ibu yang baru pertama kali melahirkan tidak mampu menyesuaikan dengan beban hidup yang baru atau tidak mampu dalam menerima tanggung jawab yang baru, yang akhirnya berdampak pada kesehatan mental dan fisiknya.





## B. Dukungan Sosial

### 1. Pengertian Dukungan Sosial

Wanita yang telah mengalami proses persalinan, pada periode ini membutuhkan bantuan. Dukungan social penting untuk kesehatan ibu, baik fisik maupun psikologis setelah ibu melahirkan terutama saat ibu memiliki peran baru sebagai ibu (Susanti dalam Hung, 2004). Pierce (dalam Kail dan Cavanaugh, 2000) mendefinisikan dukungan social sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan dari orang-orang di sekitar individu yang sedang menghadapi masalah dan dalam kondisi krisis.

Definisi ini hampir sama dengan yang disampaikan oleh Sarason (dalam Smet, 1994) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah interaksi interpersonal yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada seseorang sehingga yang bersangkutan merasakan adanya bentuk perhatian, bernilai, dan dicintai.

Sama hal yang diungkapkan oleh Solehah dalam Sarafino (2013) mengatakan bahwa dukungan sosial sebagai suatu bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok. Dalam pengertian lain disebutkan bahwa dukungan social adalah kepedulian orang lain yang dapat membuat individu percaya bahwa dirinya merasa dicintai, merasa dianggap bagian dari kelompok social, merasa diperhatikan, oleh rekan kerja, teman dekat dan tentunya keluarga.

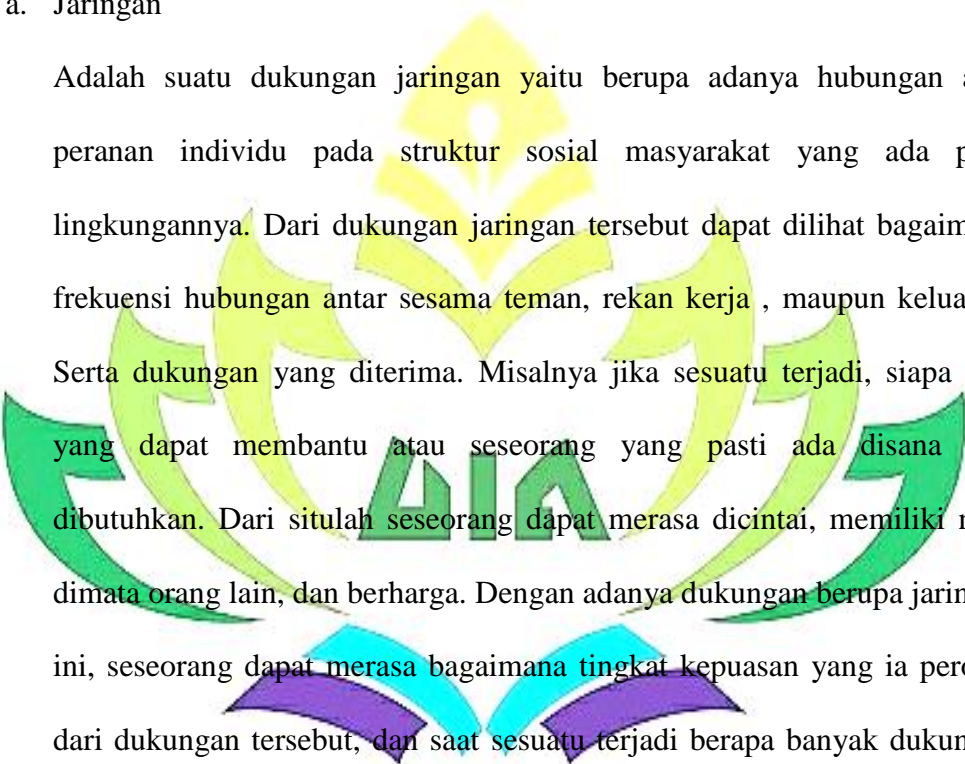
Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan

bahwa dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang diberikan oleh yang sedang menghadapi permasalahan sehingga merasakan adanya bentuk perhatian, dihargai dan menjadi bagian dari kelompok.

## 2. Komponen – komponen Dukungan Sosial

Menurut Gurung (2006) menyatakan ada beberapa bagian dari komponen dukungan sosial yaitu sebagai berikut:

### a. Jaringan



Adalah suatu dukungan jaringan yaitu berupa adanya hubungan atau peranan individu pada struktur sosial masyarakat yang ada pada lingkungannya. Dari dukungan jaringan tersebut dapat dilihat bagaimana frekuensi hubungan antar sesama teman, rekan kerja, maupun keluarga. Serta dukungan yang diterima. Misalnya jika sesuatu terjadi, siapa saja yang dapat membantu atau seseorang yang pasti ada disana saat dibutuhkan. Dari situlah seseorang dapat merasa dicintai, memiliki nilai dimata orang lain, dan berharga. Dengan adanya dukungan berupa jaringan ini, seseorang dapat merasa bagaimana tingkat kepuasan yang ia peroleh dari dukungan tersebut, dan saat sesuatu terjadi berapa banyak dukungan dari jaringan ini yang ia peroleh. Dari dukungan berupa jaringan ini dapat disimpulkan beberapa hal utama dari dukungan jaringan, diantaranya yaitu: frekuensi hubungan, penerimaan dukungan, dan tingkat kepuasan.

### b. Sumber

Sumber dukungan yang diperoleh Berupa, dukungan dari siapa saja yang didapat oleh individu. Sumber dukungan yang utama disini ialah:

hubungan dengan pasangan, hubungan dengan teman, rekan kerja dan keluarga.

c. Tipe atau Macam

Macam – macam bentuk dukungan sosial diantaranya yaitu: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi

d. *Specificity* atau Pengkhususan

Pengertian *specificity* disini adalah secara keseluruhan atau pencetus munculnya stres pada individu. Seperti mengalami permasalahan dengan individu lain atau pada peristiwa lainnya. Dengan mengetahui penyebab stres sejak dini , maka kita dapat menyesuaikan dukungan sosial yang akan kita berikan untuk individu yang mengalami stres.

Penjelasan diatas menyimpulkan bahwasanya dukungan yang baik tidak dapat selalu dilakukan, beberapa membutuhkan suatu kemampuan dalam bentuk dukungan yang diberikan. Ketika dukungan sosial dilakukan oleh orang yang kurang tepat, ditakutkan dukungan sosial yang diberikan justru tidak membuahkan hasil. Dukungan sosial bisa jadi tidak efektif jika bentuk dukungan sosial yang diberikan tidak sesuai pada individu sehingga pemberian dukungan sosial menjadi kurang maksimal hasilnya.

### 3. Faktor-faktor Dukungan Sosial

Solehah (dalam Myers, Hobfoll, 2013) berpendapat bahwa setidaknya ada tiga faktor yang mendorong individu untuk memberikan dukungan yang positif, diantaranya:

#### a. Empati

adalah ikut merasakan kesulitan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.

#### b. Norma dan Nilai Sosial

berfungsi untuk mengarahkan individu untuk menjalankan tanggungjawab dalam kehidupan.

#### c. Pertukaran sosial

adalah suatu hubungan timbal balik perilaku sosial antara, pelayanan, cinta, serta informasi cinta. Untuk mendapatkan kepuasan dalam menjalin hubungan interpersonal dibutuhkan suatu keseimbangan dalam pertukaran. Dari hasil pertukaran ini individu akan merasa bahwa ketika ia membutuhkan bantuan maka orang lain akan bersedia membantunya.

Menurut Ni'mah (dalam Sarafino, 2014) mengatakan tidak semua individu dapat merasakan dukungan sosial yang mereka butuhkan, ada faktor lain yang menjadai penentu individu dapat menerima dukungan dengan baik. Dibawah ini adalah faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya dukungan sosial, yaitu:

a. Penerimaan Dukungan (*Recipients*)

individu tidak mungkin mendapat dukungan sosial jika mereka tidak memiliki sifat ramah, tidak pernah menolong orang lain, dan tidak bersifat terbuka kepada orang lain dan menganggap bahwa ia mampu menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain yang berada disekitarnya, kemudian enggan berbagi cerita ataupun merasa tidak tahu akan menceritakan yang ia alami kepada siapa.

b. Penyedia Dukungan (*Providers*)

Seseorang yang harusnya memiliki sifat peka atau menjadi penyedia dukungan mungkin saja tidak mempunyai sesuatu yang dibutuhkan orang lain atau mungkin mengalami stres sehingga individu tidak memikirkan orang lain atau bisa saja tidak sadar bahwa orang lain membutuhkan bantuanya.

c. Faktor Komposisi dan Struktur Jaringan Sosial

Hubungan yang dimiliki individu dengan orang sekitar seperti keluarga dan lingkungan. Hubungan ini memiliki bermacam-macam ukuran (seperti jumlah orang yang biasa berhubungan dengan individu). Frekuensi hubungan (seberapa sering individu melakukan interaksi dengan orang sekitar, komposisi ( apakah mereka adalah teman, keluarga, rekan kerja) dan intimasi (suatu hubungan yang dekat antara individu yang menimbulkan rasa saling percaya satu sama lainnya).

Hasil penjelasan diatas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa faktor-faktor positif pada dukungan sosial yaitu meliputi empati, norma,



dan nilai sosial, dan pertukaran sosial kemudian penerimaan dukungan (*Recipients*), penyedia dukungan (*Providers*), faktor komposisi dan struktur jaringan sosial.

#### 4. Aspek – aspek Dukungan Sosial

Solehah (dalam House, Sarafino, 2013) mengemukakan bahwa bentuk-bentuk dari dukungan sosial, adalah sebagai berikut:

##### a. Dukungan Emosional (*Emotional Support*)

Dilakukan kedalam bentuk bantuan yang dapat memberikan dorongan untuk individu agar memberikan kehangatan dan kasih sayang, memberikan perhatian yang sesuai, memberikan kepercayaan terhadap individu agar ia mampu menerima bentuk pengungkapan simpati yang diberikan orang lain.

##### b. Dukungan Penghargaan (*Esteem Support*)

Dukungan ini dapat diberikan dengan cara memberik penghargaan atau penilaian yang positif kepada individu, memberikan dorongan untuk lebih maju dan semangat atau memberikan persetujuan mengenai suatu idea tau gagasan yang diperlukan oleh individu serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.

##### c. Dukungan Instrumental (*Tangible or Instrumental Support*)

Berupa bentuk bantuan secara langsung yaitu, memberikan atau menawarkan pinjaman uang atau menolong dengan membantu menyelesaikan pekerjaan individu.

d. Dukungan Informasi (*informational Support*)

Memberikan nasehat, sugesti positif dan memberikan informasi ataupun memberikan respon mengenai apa yang seharusnya dilakukan oleh individu lain yang membutuhkan.

Menurut pendapat Masyithah (2012) mengatakan ada empat aspek - aspek dukungan sosial antara lain:

a. Aspek Emosional

Melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain sehingga individu yang diberikan dukungan menjadi yakin bahwa orang-orang sekitarnya mampu memberikan kasih sayang dan cinta kepadanya.

b. Aspek Instrumental

Menyediakan sarana agar mempermudah untuk menolong individu misalnya adalah menyediakan sarana, perlengkapan, serta peralatan, dan pendukung lainnya yang termasuk didalamnya memberikan peluang waktu untuk individu.

c. Aspek Informatif

Memberikan informasi untuk mengatasi masalah yang dialami individu. Aspek informatif yaitu dengan pemberian pengarahan, nasehat, dan informasi lain yang memang dibutuhkan oleh individu yang bersangkutan.

#### d. Aspek Penilaian

Yaitu memberikan dukungan terhadap peran sosial untuk individu yang meliputi respon dari perbandingan sosial yang diperoleh dari hasil umpan balik, dan *afirmasi* (persetujuan).

Dukungan sosial yang dibutuhkan oleh ibu pasca melahirkan tidak hanya dari suami, tetapi juga dari keluarga dan lingkungan sekitarnya. Karena kenyataannya orang lain yang berada disekitar ibu ini yang juga memiliki peran sebagai *stressor*. Misalnya saja pemberian nasehat yang cenderung melarang ibu untuk tidak melakukan ini dan itu menjadi sumber *stressor* tersendiri. Padahal ibu belum tentu minim pengetahuan terkait perawatan setelah melahirkan maupun perawatan bayi sehingga daripada memberikan nasehat atau informasi yang banyak lebih baik langsung memberikan dukungan dalam bentuk bantuan langsung.

#### 5. Sumber-sumber Dukungan Sosial

Masyithah (dalam Strauss & Sayless, 2012) mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat dipenuhi dari teman atau persahabatan, keluarga, dokter, psikolog, psikiater. Hal senada juga diungkapkan oleh Thorst (Sofia, 2003) mengatakan bahwa dukungan sosial bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan berarti bagi individu seperti keluarga, teman dekat, pasangan hidup, rekan kerja, tetangga, dan saudara. Sumber – sumber dukungan sosial yaitu:

a. Suami

Hubungan perkawinan merupakan hubungan akrab yang diikuti oleh minat yang sama, kepentingan yang sama, saling membagi perasaan, saling mendukung dan menyelesaikan permasalahan bersama.

b. Keluarga

Keluarga merupakan sumber dukungan sosial karena dalam hubungan keluarga tercipta hubungan yang saling mempercayai. Individu sebagai anggota keluarga akan menjadikan keluarga sebagai kumpulan harapan tempat bertanya, dan tempat mengeluarkan keluhan-keluhan bilamana individu sedang mengalami permasalahan.

c. Teman / Sahabat

Teman dekat merupakan sumber dukungan sosial karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selama mengalami suatu permasalahan.

Menurut McCubbin & McCubbin (dalam Van Breda, 2001) menyatakan ada beberapa sumber utama dukungan sosial, yaitu:

a. *Neighbourhoods*

Fungsi dari tempat tinggal individu atau kelompok memberikan pembelajaran dan menunjukan bagaimana memberikan bantuan untuk masalah yang sedang dihadapi oleh individu.

b. *Family & Kinship Networks*

Keluarga besar merupakan sumber utama dari sebuah bentuk dukungan sosial, tidak hanya dari jaringan kekeluargaan namun juga keluarga inti.

c. *Intergeneration Supports*

Dukungan timbal balik antar generasi merupakan sumber kepuasan untuk banyak keluarga. Seperti frekuensi dan kualitas sebuah komunikasi antara anak, kakek nenek, sanak saudara serta orang tua.

d. *Mutual Self-help Groups*

Yaitu kesatuan sebuah keluarga serta perkumpulan individu yang saling menguatkan ketika satu sama lain dalam permasalahan yang sama dan dalam situasi maupun keadaan yang sulit yang memang memiliki tujuan untuk saling tolong - menolong.

Berdasarkan urian di atas peneliti menyimpulkan bahwa sumber-sumber dukungan sosial ada tiga macam yaitu dukungan yang berasal dari suami, keluarga, dan teman / sahabat.

## 6. Fungsi Utama Dukungan Sosial

Menurut McCubbin & McCubbin (dalam Van Breda, 2001) ada dua fungsi utama yang dimiliki dukungan sosial, yakni :

- a. Memberikan perlindungan untuk keluarga dari efek pemicu tekanan atau stres, dalam hal inidukungan berperan sebagai penahan stres yang dapat muncul. Secara teori individu maupun keluarga yang



memiliki sistem dukungan sosial yang baik lebih sedikit mengalami tekanan daripada individu maupun dengan keluarga yang memiliki sistem dukungan yang kurang baik.

- b. Sebuah sistem dukungan memungkinkan individu dan keluarga untuk dapat mencegah stres lebih cepat. Individu ataupun keluarga yang memiliki sistem dukungan yang baik akan dapat menanggulangi masalah yang sulit dengan lebih tepat dan cepat.

Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa fungsi utama dari dukungan sosial adalah meringankan tekanan akan stress juga dapat menimbulkan pikiran yang positif terhadap individu yang diberi dukungan sosial oleh orang-orang sekitar.

### **C. Pengentahuan Ibu Melahirkan**

#### **1. Pengertian Pengetahuan Ibu Melahirkan**

Nicholas, Roux, dan Harris (2007) mengatakan bahwa pengetahuan ibu melahirkan adalah kemampuan ibu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan psikologisnya, ibu yang memiliki kematangan dan kesiapan menjalani peran barunya akan cenderung mencari informasi mengenai kehamilan dan persalinan yang kemudian diterapkan di dalam kehidupannya.

Pengertian Pengetahuan itu sendiri merupakan hasil tahu yang telah terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu Diah

(dalam Notoadmodjo, 2003). Penginderaan yang sering digunakan dalam menerima pengetahuan yaitu yang berasal dari penglihatan dan pendengaran.

## 2. Tingkat Pengetahuan

Dia dalam Notoadmodjo (2010) Pengetahuan dicakup dalam domain kognitif enam tingkatan pengetahuan, yaitu:

### a. Tahu (*know*)

Yaitu sebagai mengingat suatu materi yang telah didapat sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap situasi yang sangat spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan bagian pengetahuan yang memiliki tingkatan yang paling rendah .

### b. Memahami (*comprehension*)

Adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham harus dapat menjelaskan, menyimpulkan, meramalkan objek yang telah dipelajari.

### c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah kemampuan menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi nyata. Aplikasi dapat diartikan sebagai penggunaan rumus-rumus, metode-metode, hukum-hukum, prinsip serta situasi dan konteks yang lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk menjabarkan suatu materi ke dalam komponen-komponen tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut serta masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat diteliti dari penggantian kata seperti dapat menggambarkan ( menurut bagian), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (*Syntesis*)

Lebih ke arah untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam satu bentuk keseluruhan yang baru. Merupakan kemampuan, menyesuaikan, merencanakan, menyusun, meringkas dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang ada .

f. Evaluasi (*Evalutiaon*)

Bagian ini berkaitan dengan kemampuan melakukan justifikasi atau penelitian terhadap suatu materi atau objek. Mampu memberikan penilaian-penilaian berdasarkan suatu kriteria tertentu yang dibuat sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada sebelumnya.

Kesulitan memahami pengetahuan tidak selalu disebabkan karena faktor intelegensi seseorang, akan tetapi juga disebabkan oleh faktor fisiologis, kondisi fisik seseorang yang tidak seperti biasanya, atau faktor psikis lainnya seperti minat dan motivasi. Sehubungan dengan itu maka pengetahuan tentang persalinan selain dapat kita peroleh dari buku-buku tentang persalinan, juga bias diperoleh

dari pengalaman orang-orang yang sudah pernah mengalami kehamilan dan persalinan.

Berdasarkan teori diatas peneliti menyimpulkan bahwa tingkatan pengetahuan dibagi menjadi enam yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis , sintesis, dan evaluasi.

### 3. Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Beberapa faktor yang dapat memengaruhi pengetahuan seseorang tentang suatu hal menurut Diah dalam Notoadmodjo (2007), antara lain:

#### a. Usia

Semakin bertambahnya usia seseorang maka tingkat pengetahuannya akan jauh lebih banyak dan tingkat kematangan dalam berfikir juga semakin baik . Semakin bertambahnya usia daya tangkap dan pola pikir akan semakin berkembang, dengan begitu dipercaya bahwa pengetahuan yang diperoleh akan semakin membaik.

#### b. Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka dianggap akan semakin mudah dalam menerima informasi, sehingga pengetahuan yang didapatkan juga semakin bertambah. Dan sebaliknya, pendidikan yang kurang maka akan menghambat seseorang dalam proses menerima pengetahuan baru.

#### c. Lingkungan

Adalah suatu kondisi keseluruhan yang berada disekitar individu yang dapat memengaruhi perilaku dan perkembangan kelompok atau

seseorang. Seseorang yang hidup dalam lingkungan yang berpengaruh luas maka akan terpengaruhi untuk berpengatahuan lebih baik dari pada seseorang yang hidup di lingkungan yang berpikir sempit.

d. Pekerjaan

Status pekerjaan seseorang sering memengaruhi tingkat pengetahuannya. Biasanya pekerjaan dijadikan sebagai symbol status social di masyarakat. Semakin berkelas status pekerjaan seseorang, maka masyarakat akan mamndang ia memiliki pengetahuan yang lebih baik.

e. Sosial Budaya dan Ekonomi

Sosial budaya dan ekonomi menggambarkan tingkat kehidupan seseorang seperti pekerjaan, penghasilan, pendidikan dan tempat tinggal. Karena dari hal-hal tersebut masyarakat akan menilai aspek kehidpuannya termasuk pemeliharaan kesehatan.

f. Sumber Informasi

Informasi dan pengetahuan merupakan hal yang sangat bersinergi. Di era ini, seiring perkembangan informasi, maka semakin cepat masyarakat memperoleh pengetahuan. Informasi dapat diperoleh di rumah, tempat pendidikan formal, lembaga organisasi, media cetak dan media eletronik serta tempat lainnya. Peningkatan pengetahuan masyarakat akan memengaruhi dirinya untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.

g. Pengalaman

Adalah sumber pengetahuan atau suatu cara untuk mendapatkan



pengetahuan dan kebenaran, hal tersebut dapat dilakukan dengan cara mengulangi kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalu.

Berdasarkan teori di atas peneliti menyimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi pengetahuan ada tujuh macam, yaitu usia, pendidikan, lingkungan, pekerjaan, sosial budaya dan ekonomi, sumber informasi, dan pengalaman subjek.

#### **4. Pengukuran Pengetahuan**

Cahyaningrum (dalam Sugiyono, 2016) Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan kuesioner juga sering dikenal sebagai angket, yang menanyakan isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian kedalaman pengetahuan yang ingin diketahui satu diukur dapat disesuaikan dengan tingkat-tingkat pengetahuan. Selain itu, angket juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan terbesar di wilayah yang luas. Angket dapat berupa pertanyaan / pernyataan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau melalui pos atau internet.

#### **D. Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama**

Donsu (dalam Cranwell-ward, 2017) menyebutkan stres sebagai reaksi-reaksi fisiologik dan psikologik yang terjadi jika orang mempersepsikan suatu ketidakseimbangan antara tingkat tuntutan yang dibebankan kepadanya dan kemampuannya untuk memenuhi tuntutan itu. Sedangkan Hawari berpendapat bahwa stres dapat disebut juga sebagai suatu reaksi atau respon tubuh terhadap

*stressor* psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan). Penelitian yang dilakukan oleh Pilliter (2003) menghasilkan data bahwa kondisi yang berpengaruh terhadap munculnya stres pasca melahirkan yaitu ketergantungan ibu karena kelemahan fisik setelah melahirkan, rendahnya harga diri karena kelelahan, minim dukungan keluarga, dan ketegangan karena peran barunya. Mengacu pada penjelasan di atas terkait dengan faktor-faktor yang memengaruhi tingkat stres pada ibu pasca melahirkan, dapat disimpulkan bahwa kematangan dan kesiapan ibu menjadi faktor utama supaya ibu tidak mengalami stres.

House dan Khan (dalam Kumolohadi, 2001) yang mana bentuk-bentuk dukungan sosial yaitu, dukungan emosional, dukungan ini ditunjukkan melalui ekspresi empati, perhatian dan kepedulian terhadap seseorang, dukungan penghargaan ditunjukkan melalui ekspresikan orang lain tentang pandangan yang positif terhadap seseorang dorongan atau persetujuan terhadap gagasan dan perasaan seseorang. Dukungan instrumental, dapat berupa bantuan secara langsung seperti menawarkan, dan memberikan uang atau membantu mengerjakan tugas. Dukungan informasi, yaitu pemberian nasehat, pengarahan, respon, saran, mengenai apa yang dapat dilakukan.

Nicholas, Roux, dan Harris (2007) mengatakan bahwa pengetahuan ibu melahirkan adalah kemampuan ibu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan psikologisnya, ibu yang memiliki kematangan dan kesiapan menjalani peran barunya akan cenderung mencari informasi

mengenai kehamilan dan persalinan yang kemudian diterapkan di dalam kehidupannya.

Pengertian Pengetahuan itu sendiri merupakan hasil tahu yang telah terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu Diah (dalam Notoadmodjo, 2003). Penginderaan yang sering digunakan dalam menerima pengetahuan yaitu yang berasal dari penglihatan dan pendengaran. Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa diduga dukungan sosial yang baik dan pengetahuan yang cukup dapat menurunkan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama.

#### **E. Kerangka Berfikir**

Persalinan pertama atau yang sering kita sebut dengan primipara adalah wanita pertama kali melahirkan anak yang mampu hidup. Ibu primipara sebagai wanita yang telah menyelesaikan satu kehamilan dengan bayi bertahan hidup. Jadi, bias dikatakan primipara merupakan wanita yang baru pertama kali mempunyai anak dan baru menjadi ibu, Lowdermilk (2004). Belum adanya pengalaman yang dialami oleh ibu yang baru pertama kali melahirkan terkadang dapat menimbulkan masalah-masalah yang mana dapat mengakibatkan kesulitan dalam menyesuaikan peran baru hal tersebut apabila dibiarkan saja maka dapat mengakibatkan sebagian ibu mengalami stres pasca melahirkan. Salah satu yang dapat mengurangi stress pada ibu pasca melahirkan adalah dukungan sosial.

Pengertian dukungan sosial itu sendiri menurut Solehah (dalam Siegel dan Taylor, 2013) adalah informasi dari orang yang menunjukkan bahwa ia akan dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai serta menunjukkan

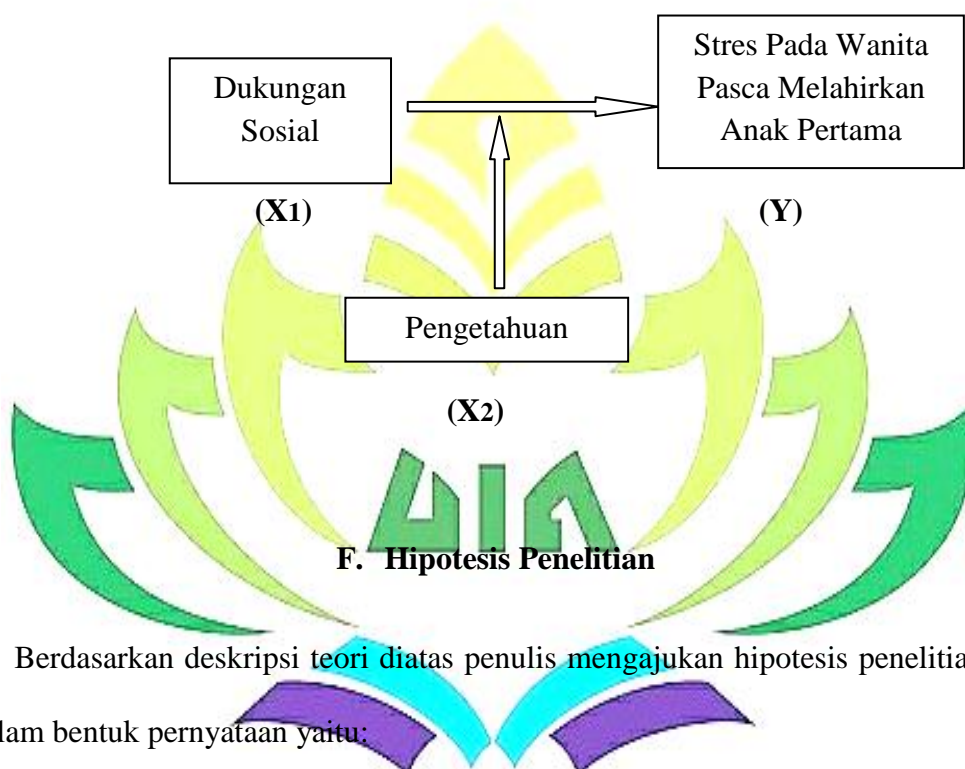
bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama. Sedangkan menurut Sarason (dalam Kuntjoro, 2002) dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat di andalkan, menghargai dan menyayangi kita.

Ibu yang mengalami stres setelah melahirkan cenderung mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri karena dalam dirinya sedang mengalami ketidakseimbangan sehingga untuk menyeimbangkan dan menyesuaikan diri diperlukan dukungan sosial yang baik dan juga pengetahuan yang luas, oleh karena itu ibu yang memiliki kematangan dan kesiapan akan berhasil mengatasi stres setelah persalinan, sebaliknya ibu yang kurang pengetahuan akan persalinan dan kurang memiliki kesiapan tidak mampu mengatasi stres. Dari penjelasan tersebut maka diperoleh pendapat mengenai pengetahuan oleh beberapa ahli.

Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan adalah perolehan dari mencari tahu, dan ini bisa terjadi melalui hasil observasi yang dilakukan oleh panca indera dari individu. Penginderaan didapat oleh panca indera yang dimiliki oleh manusia, yakni indera pengamatan, indera pendengaran, indera penciuman, indera perasa dan peraba. Komariyah (dalam Soekanto, 2008) pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil pengguna panca inderanya, yang berbeda kepercayaan (*beliefs*) takhayul (*superstitions*) dan penerangan yang keliru (*misinformations*). Didalam kehidupan sehari-hari, manusia sering berusaha untuk mengetahui keadaan atau gejala yang ada di sekitarnya. Rasa ingin tahu ini mendorong manusia untuk mendapatkan penjelasan mengenai keadaan atau gejala tersebut. Penjelsan atau informasi yang diperoleh manusia itu dapat disebut

pengetahuan (*knowledge*) Seniati, Yulianto dan Setiadi (2011). Berdasarkan penjelasan sebelumnya dapat dilihat bagan pada gambar 1 berikut:

**Gambar 1**  
**Bagan Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Wanita Pasca Melahirkan Anak Pertama**



1. Dengan mengendalikan pengetahuan, ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama.
2. Ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel merupakan langkah penetapan variabel-variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsinya masing-masing (Azwar,2008) penelitian ini melibatkan tiga jenis variabel yaitu:

1. Variabel Tergantung: Tingkat Stres Pasca Melahirkan Anak pertama
2. Variabel Bebas : Dukungan Sosial
3. Variabel Sertaan : Pengetahuan

#### B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Adalah suatu penjabaran mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati, (Azwar, 2009). Adapun pengertian dari definisi operasional dari variabel penelitian ini adalah:

1. Tingkat Stres Pasca Melahirkan Anak Pertama

Adalah suatu kondisi dimana seorang ibu yang baru pertama kali melahirkan tidak mampu menyesuaikan dengan beban hidup yang baru atau tidak mampu dalam menerima tanggung jawab yang baru, yang akhirnya berdampak pada kesehatan mental dan fisiknya. Stres pada pasca melahirkan anak pertama pada penelitian ini diungkapkan menggunakan skala tingkat stres yang disusun berdasarkan aspek – aspek yang dikemukakan oleh

Hardjana yang sudah di adaptasi oleh Hernasyari (2008) yaitu Aspek Fisik, Aspek Emosional, Aspek Intelektual, dan Aspek Interpersonal.

## 2. Dukungan Sosial

Adalah suatu bentuk bantuan yang dapat dilakukan oleh suami, keluarga ataupun teman-teman dan lingkungan dimana subjek berada. Bantuan ini berupa bantuan secara langsung maupun bantuan secara tidak langsung yang dampaknya sangatlah baik apabila bantuan yang diberikan secara maksimal dan diterima oleh subjek secara terbuka. Dukungan sosial pada penelitian ini diungkapkan menggunakan skala dukungan sosial yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang mengacu pada teori House,dkk (dalam Sarafino, 1994) yang kemudian diadaptasi oleh Solehah (2013) yaitu aspek dukungan emosional, aspek dukungan penghargaan, aspek dukungan instrumental dan aspek dukungan informasi.

## 3. Pengetahuan

Pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan ibu untuk mencari informasi persalinan yang kemudian diaplikasikan dalam kehidupan yang dijalani sehari-hari. Pengetahuan pada penelitian ini diungkapkan menggunakan skala pengetahuan yang disusun berdasarkan tingkatan pengetahuan yang dikemukakan oleh Notoadmojo (2010) yang kemudian diadaptasi oleh Juddin (2017) yaitu faktor pengetahuan (tahu) dan pemahaman (memahami).

### C. Subjek Penelitian

#### 1. Populasi

Sugiyono (2016) menyatakan merupakan suatu wilayah umum yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian menggunakan populasi yakni wanita yang baru pertama kali melahirkan yang berada di Desa Taman Sari Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran.

**Tabel 1**  
**Populasi dalam Penelitian**

No	Nama Desa	Nama Dusun	Nama Posyandu	Populasi	Sampel
1.	Desa Taman Sari	Taman Sari 1 Dan Taman Sari 2	Cempaka 1	4	3
		Sumber Sari 1	Cempaka 2	6	3
		Sumber Sari 2	Cempaka 3	9	6
		Sumber Sari 3	Cempaka 4	2	3
		Sumber Sari 4	Cempaka 5	5	4
		Bangun Harjo	Cempaka 6	12	8
		Pasir Erih	Cempaka 7	6	4
Jumlah		8	7	43	31

#### 2. Sampel

Sugiyono (2016) menyatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yakni teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria (Sugiyono, 2016). Subjek dalam penelitian memiliki beberapa kriteria yakni :

- a. Melahirkan Anak Pertama
- b. Berdomisili Di Kecamatan Gedong Tataan
- c. Usia Bayi Dari Umur 2 Minggu Sampai 1 Bulan

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Merupakan cara-cara yang bisa digunakan oleh seorang peneliti untuk mengumpulkan data-data yang mereka butuhkan. Dalam penelitian ini metode yang dipakai untuk mengumpulkan data menggunakan skala pengukuran psikologi. Menurut Hadi (2001) skala merupakan metode pengumpulan data yang dikerjakan dengan cara mengirimkan suatu daftar pernyataan terhadap responden untuk diisi dengan jujur, sungguh-sungguh dan menurut keyakinan pribadi masing-masing dengan berdasarkan pengalaman. Bentuk skala yang dipakai adalah skala *likert*. Skala *likert* yang terdiri dari sejumlah pernyataan dan responden harus menjawab pernyataan tersebut memilih empat alternatif jawaban yang terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*, (Azwar, 2010).

Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala tingkat stres, skala dukungan sosial, dan skala pengetahuan.

##### **1. Skala Tingkat Stres**

Dalam penelitian ini, skala tingkat stres terdiri dari 40 item, peneliti telah mengubah kalimat yang terlalu panjang dan sulit dipahami menjadi kalimat yang singkat dan jelas berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Hardjana dan diadaptasi oleh Hernasyari (2008) yang mencakup aspek fisik, aspek emosional, aspek intelektual, dan aspek interpersonal. Jawaban setiap

instrument yang menggunakan skala *likert* yang mempunyai gradasi sangat positif sampai negatif yang dapat berupa Sangat Setuju (SS=4), Setuju (S=3), Tidak Setuju (TS=2), Sangat Tidak Setuju (STS=1). Pernyataan ini berlaku untuk *favorable*.

Sedangkan pernyataan *unfavorable* skornya bergerak dari sangat tidak setuju (STS=4), tidak setuju (TS=3), setuju (S=2), sangat setuju (SS=1). Item skala dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

**Tabel 2**  
**Blue Print Skala Tingkat Stres**

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorabel	
1.	Fisik	1,14,28,35,19,38	4,6	8
2.	Emosional	5,10,22,30,40	11,13,9,15	9
3.	Intelektual	3,7,12,31	18,29,25	7
4.	InterPersonal	2,8,16,20, 21,26,33,37	34,39,36,32, 23,17,27,24	16
Jumlah		23	17	40

## 2. Skala Dukungan Sosial

Dalam penelitian ini, skala dukungan sosial terdiri 40 item, peneliti telah mengubah kalimat yang terlalu panjang atau sulit, dipahami menjadi kalimat yang singkat dan jelas berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh House,dkk (dalam Sarafino, 1994) yang kemudian diadopsi oleh Solehah (2013) yaitu aspek dukungan emosional, aspek dukungan penghargaan, aspek dukungan instrumental dan aspek dukungan informasi. Jawaban setiap



instrument yang menggunakan skala *likert* yang mempunyai gradasi sangat positif sampai negatif yang dapat berupa Sangat Setuju (SS=4), Setuju (S=3), Tidak Setuju (TS=2), Sangat Tidak Setuju (STS=1). Pernyataan ini berlaku untuk *favorable*.

Sedangkan pernyataan *unfavorable* skornya bergerak dari sangat tidak setuju (STS=4), tidak setuju (TS=3), setuju (S=2), sangat setuju (SS=1). Item skala dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini:

**Tabel 3**  
**Blue Print Skala Dukungan Sosial**

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Dukungan Emosional	2,5,13,16,20 23,26,29,31,40	4,15,24	13
2.	Dukungan Penghargaan	1,9,34,35,38	7,17,33,3	9
3.	Dukungan Instrumental	10,14,18,21,30	8,12,19,25,37	10
4.	Dukungan Informasi	6,11,28,32,39	22,27,36	8
Jumlah		25	15	40

### 3. Skala Pengetahuan Ibu Melahirkan

Dalam penelitian ini, skala pengetahuan ibu melahirkan terdiri dari 30 item, peneliti telah mengubah kalimat yang terlalu panjang atau sulit, dipahami menjadi kalimat yang singkat dan jelas berdasarkan aspek-aspek

yang diungkapkan Notoadmojo (2010) yang kemudian diadaptasi oleh Juddin (2017) yaitu faktor pengetahuan (tahu) dan pemahaman (memahami). Jawaban setiap instrument yang menggunakan skala *Guttman (dikotomi)* hanya ada dua interval yaitu “setuju” dan “tidak setuju”, “ya” dan “tidak”, “benar” dan “salah”. Peneliti ini menggunakan skala Guttman dilakukan bila ingin mendapatkan jawaban yang tegas terhadap suatu permasalahan yang ditanyakan. Skala ini dapat dibuat dalam bentuk pilihan ganda, juga dapat dibuat dalam bentuk *checklist*. Jawaban dapat dibuat skor tertinggi 1 dan terendah 0. Misalnya untuk jawaban setuju skor 1 dan tidak setuju diberi skor 0. Item skala dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini:

**Tabel 4**  
**Blue Print Skala Pengetahuan Ibu Melahirkan**

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Tahu	1,3,5,8,10,11,14, 16,18,20,21,24,26, 28,30	4,9,12,15,19,22, 29	22
2	Memahami	2,7,13,17,23	6,25,27	8
Jumlah		20	10	30

## E. Validitas dan Reliabilitas Alat Pengumpulan Data

Sebelum sampai pada tahap pengolahan data yang akan diolah nantinya haruslah berasal dari alat ukur yang mencerminkan fenomena apa yang diukur. Untuk itu perlu dilakukan analisis butir validitas dan reliabilitas.

### 1. Validitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2011) validitas berasal dari kata *validity* yang artinya seberapa jauh ketepatan atau akurasi suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Pada penelitian terdapat tiga skala yang akan digunakan yaitu skala tingkat stres, dukungan sosial, dan pengetahuan. Pada pengukuran ini ketiga skala tersebut akan diuji menggunakan validitas isi (*content validity*). Validitas isi merupakan validitas yang hitungan melalui pengujian pada isi alat ukur dengan analisis rasional. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validitas ini yaitu seberapa jauh aitem-aitem dalam suatu alat ukur mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang akan diukur oleh alat ukur yang bersangkutan atau hubungan dengan representasi dari keseluruhan kawasan.

Suatu skala atau instrument pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi jika instrument pengukur tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Sedangkan tes yang memiliki validitas rendah akan menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran. Untuk menghitung validitas aitem yaitu menggunakan teknik korelasi *parsial jengjang pertama* (Azwar, 2007).

### 2. Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Sugiyono (2016) reliabilitas diambil dari kata *reliability* dalam bahasa Inggris kata *reliable* yang artinya dapat dipercaya dan konsisten. Tes dapat dikatakan reliabel apabila tes tersebut membuktikan hasil yang dapat dipercaya. Dalam pengukuran alat ukur harus memiliki ketetapan dan konsisten apabila pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur itu dilakukan secara berulang.

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas ( $r_{xx}$ ) yang angkanya dimulai dari 0-1. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi reliabilitas, sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2009). Hadi (1994) menyatakan bahwa yang akan dianalisa reliabilitasnya hanya aitem yang dinyatakan valid. Dalam penelitian ini uji reliabilitasnya yang dipakai adalah uji *alpha*.

#### F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data merupakan proses mengolah data yang dihasilkan. Menurut Sugiyono (2016) teknik analisis data adalah proses mengorganisasikan data ke dalam kategori, menyusun ke dalam pola, melakukan sintesa, dan membuat kesimpulan yang mudah untuk dipahami. Analisis data dilakukan untuk memperoleh gambaran dari hasil penelitian. Analisis data kuantitatif yang harus dilakukan adalah setelah data terkumpul dari hasil pengumpulan data, langkah selanjutnya adalah analisis data. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *korelasi parsial jenjang pertama*. Teknik ini digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel yang kerap kali digunakan.

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kancan Dan Persiapan**

##### **1. Orientasi Kancan**

###### **1) Sejarah Desa**

Pada tanggal tanggal 5 Desember 1987 adalah awal digagasnya berdirinya Desa Tamansari, yang merupakan pemekaran dari Desa Bernung. Dimana 6 Dusun yang ada yaitu Dusun Tamansari 01,2, Dusun Summersari 2, Dusun Summersari 3, Dusun Bangunharjo, dan Dusun Pasirerih melepaskan diri dari Desa Induk dan terbentuk menjadi Desa Tamansari. Melalui Surat Keputusan Bupati Lampung Selatan Nomor 410/13/DES/1987 ditetapkan Kepala Desa Persiapan yaitu Bapak A.Z. Arifin sampai dengan tahun 1992. Penetapan Desa Tamansari Menjadi Desa Definitif dilaksanakan dengan Surat Keputusan Bupati No.141/87/23.0/1991 tanggal 12 Oktober 1991.

Sehubungan dengan akan dilaksanakan Pemilihan Kepala Desa Tamansari, pada tanggal 28 September 1992 maka ditetapkan Penjabat Sementara Kepala Desa Tamansari yaitu Bapak Dalikin selaku Penjabat Sementara Kepala Desa sehubungan Bapak AZ Arifin Mencalonkan diri menjadi Calon Kepala Desa. Pada tanggal 19 Desember 1992 dilaksanakan Pemilihan Kepala Desa Pertama Desa Tamansari sebagai Calon Kepala Desa sebanyak 2 orang (Bapak Sardi, dan Bapak AZ Arifin )



dan yang muncul sebagai Pemenang adalah Bapak AZ Arifin. Maka pada tanggal 5 Februari 1993 dilaksanakan serah terima jabatan yang dikuatkan dengan Surat Keputusan Bupati Lampung Selatan Nomor 141/05/23.D/1993 antara Bapak Dalikin ( Selaku Penjabat Sementara ) dengan Bapak AZ Arifin selaku Kepala Desa Terpilih.

Masa Jabatan Bapak AZ Arifin ( Selaku Kepala Desa Tamansari sejak 10 Februari 1993 sampai dengan tanggal 10 Pebruari 2001.Pada Tanggal 21 Maret 2001 dengan Surat Keputusan Bupati Lampung Selatan Nomor 287/Pemdes/HK-LS/2001 diangkat Bapak AZ Arifin selaku Penjabat Sementara Kepala Desa Tamansari untuk mempersiapkan Pemilihan Calon Kepala Desa sehubungan Bapak AZ Arifin tidak mencalonkan diri menjadi calon Kepala Desa.Berdasarkan Peraturan Daerah Kabupaten Lampung Selatan Nomor : 22 Tahun 1999 dibentuk Badan Perwakilan Desas untuk mempersiapkan Proses Pemilihan Kepala Desa. Dan Pada tanggal...Dilaksanakan Pemilihan Kepala Desa Periode 2001 s.d 2006 ( calon Kepala Desa yaitu Bapak Hendri Dunan. Bapak Suratman, Bapak Supriyatno, dan melalui proses Pemilihan Bapak Supriyatno menjadi Kepala Desa Terpilih yang ditetapkan dengan Surat Bupati Lampung Selatan Nomor 267/PEMDES/HK-LS/2001 tanggal 12 September 2001 sampai dengan 12 September 2006.

Berdasarkan Surat Bupati Lampung Selatan Nomor 263/PEMDES/HK-LS/2006 tanggal 6 Nopember 2006 ditetapkan Bapak Supriyatno Selaku Penjabat Sementara Kepala Desa untuk mempersiapkan

Proses Pemilihan Kepala Desa Periode 2007 s.d 2012 Berdasarkan Peraturan Daerah Kabupaten Lampung Selatan Nomor 32 Tahun 2004 dilakukan Perubahan Nama Badan Perwakilan Desa menjadi Badan Permusyawaratan Desa yang memiliki tugas diantaranya membentuk Panitia Pemilihan Kepala Desa Periode 2007 s.d 2012 dengan susunan anggota sebagaimana SK No 140/16/V,15/SKPT/2006. Pada tanggal 20 Desember 2006 dilaksanakan proses Pemilihan Kepala Desa Tamansari dengan 4 Calon ( Bapak Mugio, Bapak Fabian Jaya, Bapak Hendri Dunan, Bapak Sukatno) dan sebagai calon terpilih yaitu Bapak Hendri Dunan yang ditetapkan dengan Surat Bupati Lampung Selatan Nomor : 564/PEMDES/HK.LS/2006 tanggal 29 Desember 2006 dengan pelantikan Kepala Desa Tamansari dilaksanakan pada tanggal 14 Februari 2007.

Selanjutnya sehubungan dengan berakhirnya masa tugas Kepala Desa Tamansari 2007–2012 dan Berdasarkan Peraturan Daerah Kabupaten Pesawaran Nomor 6 tahun 2010 tentang Badan Permusyawaratan Desa telah dilaksanakan Pelantikan BPD Periode 2012 s.d 2019 yang dilaksanakan pada tanggal... Yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Bupati Pesawaran Nomor... Tanggal... yang selanjutnya BPD mempersiapkan proses pemilihan Kepala Desa Tamansari. Pada tanggal 22 Maret 2012 Bapak Supriyatno berdasarkan usulan musyawarah dalam rapat Desa dilantik menjadi Penjabat Kepala Desa Tamansari.

Pembentukan Panitia Pemilihan Kepala Desa dilaksanakan pada tanggal 5 Februari 2012 Berdasarkan Peraturan Daerah Nomor 4

Kabupaten Pesawaran Sekretaris Desa Menjabat sebagai Ketua Panitia Pilkades. Serahterima Penjabat Kepala Desa Tamansari dilaksanakan pada tanggal 28 Maret 2013. Pada tanggal 15 Mei 2012 dilaksanakan Pemilihan Kepala Desa Tamansari dengan Bakal Calon kepala Desa yaitu : Nomor Urut 1: Hendri Dunan Nomor Urut 2 : Suranto. Dari hasil Pelaksanaan Perhitungan suara Nomor Urut 1 mendapat : 1.651 Suara Nomor urut 2 mendapat perolehan suara : 1.327 Suara. Dari hasil perhitungan suara maka berdasarkan Rapat Hasil Perhitungan suara nomor urut 1 ( Hendri Dunan ) ditetapkan menjadi Calon terpilih Kepala Desa Tamansari 2013. Dan berdasarkan surat Bupati Pesawaran Nomor 005/1484/IV/2015 tanggal 10 Juni 2013 dilaksanakan Pelantikan Kepala Desa Tamansari bersamaan dengan pelantikan 13 Kepala Desa terpilih se-Kecamatan Gedongtataan.

## 2) Luas dan Batas Wilayah

Batas Desa Tamansari Kecamatan Gedongtataan Kabupaten Pesawaran sebagai berikut :

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan : Desa Sukaabanjar
- b. Sebelah Timur berbatasan dengan : Desa Bernung
- c. Sebelah Selatan berbatasan dengan : Sungai Langka
- d. Sebelah Barat berbatasan dengan : Desa Wiyono
- e. Luas Desa Tamansari : 2118 Ha

### 3) Visi Pembangunan Desa

Mewujudkan Desa Tamansari Religius, Maju dan Sejahtera.

Yang sangat diperlukan untuk membangun kesamaan persepsi, sikap (komitmen), dan perilaku (partisipasi) segenap pemangku kepentingan (stakeholders) dalam setiap tahapan proses pembangunan selama lima tahun kedepan. Religius Adalah menciptakan suatu kondisi masyarakat yang senantiasa berpegang teguh pada keyakinan beragama. Karena di Desa Tamansari sebagian besar penduduknya beragama Islam maka sangat diharapkan semua tindakan yang dilakukan senantiasa berpedoman pada Al-Quran dan sunnah Rosul Sholallahu 'alaihi Wasalam, sehingga akan terciptanya masyarakat yang mempunyai solidaritas yang tinggi dan kepedulian yang tinggi terhadap sesamanya. Islam mengajarkan untuk hidup saling menghargai saling tolong-menolong dalam kebaikan dan mencegah pada kemungkaran setelah keadaan itu tercapai maka tidak akan ada suatu masalahpun yang tidak dapat diselesaikan. Beberapa indikator yang dapat dijadikan ukuran tercapainya kehidupan yang agamis adalah :

Terciptanya suatu kebersamaan dalam kebaikan dan terciptanya ukhuwah islamiyah, terbentuknya kepedulian dan rasa sosial yang tinggi terhadap sesama, terpenuhinya masjid masjid dan musholla sebagai tempat peribadatan dan kegiatan keagamaan, TPA-TPQ senantiasa dipenuhi siswa-siswi belajar agama. Untuk mencapai hal tersebut maka Pemerintah Desa Tamansari mengupayakan pembangunan yang difokuskan pada :

- a. Peningkatan pembangunan sarana dan prasarana keagamaan seperti :

Pembangunan masjid dan musholla, pembangunan TPA, TPQ sebagai sarana anak-anak mengenal dan belajar agama lebih dini. Pemanfaatan dan pengelolaan masjid sebagai tempat diskusi agama dan pendalaman ilmu agama.

- b. Konsep sejahtera menunjukkan kondisi kemakmuran suatu masyarakat, yaitu:

masyarakat yang terpenuhi kebutuhan ekonomi (materiil) maupun sosial (spirituil); dengan kata lain kebutuhan dasar masyarakat telah terpenuhi secara lahir bathin secara adil dan merata dengan menitik beratkan pada peningkatan kualitas sumber daya manusia yang berdaya saing dan berdayaguna dan meningkatkan pembangunan yang difokuskan pada pembangunan perekonomian Desa yang berbasis pada potensi Desa yang berdaya jual dan berdaya saing. Serta menciptakan masyarakat Desa Tamansari yang maju dibidang Pendidikan dengan sasaran yang dicapai terciptanya masyarakat bebas Buta Aksara terpenuhinya tingkat pendidikan dengan wajib belajar masyarakat sampai tingkat SLTA sebagai sarana pendukung sarana Pendidikan di Desa Tamansari telah tersedia lembaga Pendidikan dari tingkat SD, SMP dan SMA.

Adapun indikator secara ilmiah adalah tercapainya pertumbuhan ekonomi yang berkualitas dan berkesinambungan sehingga meningkatkan pendapatan perkapita pada tingkat yang tinggi, menurunnya tingkat pengangguran, menurunnya jumlah penduduk miskin; terbangunnya struktur perekonomian yang kokoh berlandaskan keunggulan kompetitif;



meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang ditandai terpenuhinya hak sosial masyarakat mencakup akses pada pelayanan dasar sehingga mampu meningkatkan indeks pembangunan manusia (IPM), meningkatkan perlindungan dan kesejahteraan sosial, keluarga kecil berkualitas, pemuda dan olah raga. Serta meningkatkan kualitas kehidupan beragama; meningkatnya peranan perempuan dalam pembangunan; tersedianya infrastruktur yang memadai; meningkatnya profesionalisme aparatur pemerintah untuk mewujudkan tata pemerintahan yang baik, bersih, berwibawa dan bertanggungjawab yang mampu mendukung pembangunan Desa.

#### 4) Misi Pembangunan Desa

Misi pembangunan desa adalah sesuatu yang diemban atau dilaksanakan oleh pemerintah Desa sesuai visi pembangunan Desa yang telah ditetapkan, agar tujuan pembangunan Desa dapat terlaksana dan berhasil dengan baik sesuai dengan yang diharapkan. Dalam rangka memberikan kemudahan bagi penyelenggaraan pembangunan dan pemerintahan, maka misi pembangunan Desa Tamansari Kecamatan Gedongtataan Kabupaten Pesawaran Tahun 2015-2021 dapat dirumuskan sebagai berikut :

Mewujudkan masyarakat Desa Tamansari yang bernilai religius

- a. Meningkatkan kualitas sumber daya manusia;
- b. Meningkatkan pengetahuan, dan pemahaman masyarakat terhadap agama;
- c. Mewujudkan masyarakat Desa yang maju di bidang pendidikan dan sejahtera.

Misi :

a) Pembangunan

- a. Meningkatkan pembangunan infrastruktur Desa
- b. Meningkatkan sumber daya alam yang ada;
- c. Meningkatkan peran aktif, LPM, RT/RW, dan tokoh masyarakat dalam pembangunan Desa PKK. Posyandu
- d. Meningkatkan peran serta masyarakat dalam berswadaya membangun Desa

b) Pemerintahan

- a. Menciptakan Sistem Pemerintahan yang Baik dan Demokratis.

c) Kemasyarakatan

- a. Peningkatan dan pengembangan usaha Pertanian, Perkebunan serta usaha kecil dan menengah;
- b. Menjaga dan memelihara ketentraman, ketertiban, dan kerukunan warga;
- c. Mewujudkan keluarga sehat sejahtera melalui peran aktif ibu-ibu PKK, Posyandu, dan organisasi lainnya.

## B. Persiapan Penelitian

Bagian persiapan penelitian ini membahas mengenai langkah-langkah yang dilakukan sebelum penelitian, meliputi orientasi tempat penelitian, perizinan, persiapan alat pengumpulan data, uji coba alat, serta pengujian validitas dan reliabilitas alat ukur.

Penelitian ini dilakukan di Desa Tamansari Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran. Proses perizinan untuk melaksanakan diajukan melalui surat permohonan izin penelitian yang diterbitkan oleh Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Provinsi Nomor: 070/224/III/VII.01/2019 tanggal 7 Februari 2019 dan surat permohonan izin penelitian yang diterbitkan oleh Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Pesawaran nomor: 070/045/III/VI.01/2019 tanggal 12 Februari 2019. Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapat izin dari pihak Kecamatan Gedong Tataan dan Desa Tamansari. Penulis menyiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian yaitu skala Tingkat Stress Ibu Melahirkan, skala Dukungan Sosial dan skala Pengetahuan Ibu Melahirkan pada wanita pasca melahirkan.

### C. Pelaksanaan Penelitian

Sebelum dilaksanakannya penelitian, skala yang telah disusun dikonsultasikan dengan dosen pembimbing dan dilakukannya beberapa kali revisi, kemudian skala diperiksa atau dilakukan validitas tampang oleh beberapa dosen di UIN raden intan lampung yang menguasai bidang psikologi dan juga yang menguasai metode penelitian, lalu skala penulis disetujui sehingga dapat dijadikan sebuah alat ukur dalam penelitian ini. Hasil konsultasi didapatkan bahwa item-item yang digunakan pada penelitian ini menggunakan data terpakai (uji coba terpakai), dimana subjek uji coba sekaligus dijadikan sebagai subjek penelitian.

Langkah selanjutnya dalam pelaksanaan penelitian dengan langkah-langkah sebagai berikut:

### 1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 12 sampai 15 Februari 2019. Pengisian skala tingkat stress pada wanita pasca melahirkan, skala dukungan sosial, dan skala pengetahuan pasca melahirkan dilakukan di Desa Tamansari Kecamatan Gedongtataan Kabupaten Pesawaran. Penelitian ini menggunakan sampel jenuh yang berjumlah 43 subjek, namun yang memenuhi kriteria hanya 31 orang yang memungkinkan dijadikan sebagai sampel penelitian yang dilakukan di Desa Tamansari Kecamatan Gedongtataan Kabupaten Pesawaran.

### 2. Pelaksanaan Skoring

Setelah semua data terkumpul penulis melakukan skoring atau penilaian. Skor item berkisar mulai 1 sampai dengan 4 untuk skala *likert* dan nilai 0 sampai dengan 1 untuk skala (*guttman/ dikotomi*), pemberian skor dilakukan berdasarkan jawaban subjek dan memperhatikan sifat item yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Apabila subjek memilih pernyataan yang tergolong *favourable* maka nilai yang diberikan dimulai dari 4 sampai dengan 1 untuk skala *likert* sedangkan 1 sampai dengan 0 untuk skala *guttman*, sebaliknya apabila subjek memilih alternative jawaban yang tergolong *unfavourable* maka nilai pernyataan yang diberikan mulai dari 1 sampai dengan 4 untuk skala *likert* sedangkan 0 sampai dengan 1 untuk skala

*guttman*. Selanjutnya penulis menyusun dalam bentuk tabulasi data yang telah ditentukan untuk diuji validitas dan reliabilitasnya serta uji hipotesis.

#### D. Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan di Desa Tamansari Kecamatan Gedong Tataan yang melibatkan 31 subjek yang diambil dengan menggunakan teknik sampel jenuh yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara seluruh adalah melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 1998).

Penelitian ini menggunakan skala tingkat stress, skala dukungan sosial, dan skala pengetahuan. Skala tingkat stress ini terdiri dari 40 item yang telah disusun oleh penulis dan skala dukungan sosial 40 item dan skala pengetahuan 30 item demikian juga disusun oleh penulis.

##### 1. Uji Instrumen

##### a. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas instrument terhadap skala dukungan sosial, tingkat stres dan pengetahuan ibu melahirkan teknik *korelasi product moment*. Menurut Azwar (2012) apabila item memiliki koefisien daya deskriminasi yang berkisar antara  $r_{ix} \geq 0,30$  dengan semua item mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya deskriminasinya dapat dianggap tinggi / memuaskan. Sedangkan item yang memiliki harga  $r_{ix}$  atau  $r_{i(x-i)} \leq 0,30$  dapat diinterpretasikan sebagai item memiliki daya deskriminasi



rendah. Dalam penelitian ini peneliti menggugurkan item yang  $\leq 0,30$ .

Uji validitas item skala tingkat stres akan dijelaskan dalam tabel 5:

**Tabel 5**  
**Uji Validitas Tingkat Stres**

No	Aspek	Item semua	Item gugur	Item valid	Koefisien korelasi item-total
1	Fisik	8	5	3	0,327-0,563
2	Emosional	9	3	6	0,314-0,641
3	Intelektual	7	0	7	0,318-0,607
4	Interpersonal	16	4	12	0,300-0,731
<b>Total</b>		<b>40</b>	<b>12</b>	<b>28</b>	<b>0,300-0,731</b>

Berdasarkan tabel analisa butir terhadap skala tingkat stres di atas terdapat 12 item yang gugur yaitu nomor 1, 14, 35, 4, 6, 30, 11, 9, 2, 8, 21, dan 33 dari 40 item keseluruhan dan terdapat 28 item yang dinyatakan valid. Sebaran koefisien korelasi item total (*Corrected Item-Total Correlation*) item skala tingkat stres bergerak dari 0,300 sampai dengan 0,731. Uji validitas item skala tingkat stres yang dijelaskan pada tabel 5 di atas:

**Tabel 6**  
**Uji Validitas Dukungan Sosial**

No	Aspek	Item semua	Item gugur	Item valid	Koefisien korelasi item-total
1	Dukungan Emosional	13	1	12	0,308-0,714
2	Dukungan Penghargaan	9	2	7	0,404-0,553
3	Dukungan Instrumental	10	1	9	0,563-0,757
4	Dukungan Informasi	8	1	7	0,362-0,804
<b>Total</b>		<b>40</b>	<b>5</b>	<b>35</b>	<b>0,308-0,804</b>

Berdasarkan tabel analisis butir terhadap skala dukungan sosial diatas terdapat 5 item yang gugur yaitu nomor 1, 10, 28, 35, 40 dari 40 item keseluruhan dan terdapat 35 item yang dinyatakan valid. Sebaran koefisien korelasi item total (*Corrected Item-Total Correlation*) pada item skala dukungan sosial bergerak dari 0,308 sampai dengan 0,804.

**Tabel 7**  
**Uji Taraf Kesukaran Pengetahuan Ibu Melahirkan**

Kategori	Interval Nilai p	Jumlah Item
Sulit	0,00-0,30	7
Sedang	0,31-0,70	2
Mudah	0,71-1,00	21
Jumlah		30

Perhitungan taraf kesukaran tes pengetahuan dari 30 item terdapat kategori sulit berjumlah 7 item kategori sedang berjumlah 2 item dan kategori mudah berjumlah 21 item dan taraf kesukaran pengetahuan ini dapat dikatakan normal. Susunan secara lengkap dapat dilihat pada tabel 7 di atas.

**a. Uji Reliabilitas Instrumen**

Hal ini reliabilitas dapat dinyatakan oleh koefisien korelasi item total angkanya bergerak dari 0 sampai dengan 1,00. Maka semakin baik koefisien apabila mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya koefisien yang mendekati angka 0 maka reliabilitasnya semakin kecil dan dapat menyebabkan variasi eror ( Azwar, 2012).

Berdasarkan perhitungan aplikasi SPSS diketahui bahwa koefisien reliabilitas alpha (*Cronbach's alpha*) pada skala tingkat stres 0,816 dan

koefisien reliabilitas alpha (*Cronbach's alpha*) pada skala dukungan sosial adalah sebesar 0,946 dan koefisien reliabilitas alpha (*Cronbach's alpha*) pada skala pengetahuan adalah sebesar 0,511 yang berarti mendekati angka 1,00 sehingga dinyatakan ketiga skala tersebut memiliki reliabilitas tinggi.

**Tabel 8**  
**Reliabilitas Skala tingkat stress**

Cronbach's Alpha	N Of Items
0,816	40

**Tabel 9**  
**Reliabilitas Skala Dukungan Sosial**

Cronbach's Alpha	N Of Items
0,946	40

**Tabel 10**  
**Reliabilitas Skala Pengetahuan Ibu Melahirkan**

Cronbach's Alpha	N Of Items
0,511	40

## 2. Deskripsi Data

Data yang terkumpul dari proses penelitian dapat dianalisis lebih lanjut berdasarkan hasil deskripsi data, penelitian dapat diuraikan mengenai nilai mean, minimum, maksimum, dan standar deviasi. Data empirik dan penghitung skor hipotetik dari ketiga skala, secara rinci dapat dilihat pada tabel 11:

**Tabel 11**  
**Deskripsi Data Penelitian**

Variabel	$\Sigma$ aitem	Skor Empiric				Skor Hipotetik			
		Min	Max	M	SD	Min	Max	$\mu$	A
Tingkat stress	28	49	94	68.0645	10.44010	28	112	89.6	14
Dukungan	35	77	136	1.14772	13.33594	35	140	112	17,5
Pengetahuan	30	21	30	25.9355	2.20505	0	30	96	5

Keterangan:

1. Skor minimal ( $X_{min}$ ) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
2. Skor maksimal ( $X_{maks}$ ) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.
3. Rerata hipotetik ( $\mu$ ) dengan rumus  $\mu = \text{jumlah aitem} \times \text{skor tengah}$
4. Standar deviasi ( $\alpha$ ) hipotetik adalah  $\alpha = (\text{skor maks} - \text{skor min}) : 6$

Berdasarkan dari hasil data penelitian, maka dapat dilakukan pengkategorisasian skor pada kedua variabel. Kategorisasi didasarkan pada nilai mean hipotetik dan standar hipotetik pada masing-masing variabel yang secara terperinci dapat dilihat pada tabel 12:

**Tabel 12**  
**Kategorisasi Nilai Variabel Tingkat Stres**

Kategori	Rentan Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$98 \leq X$	0	0%
Sedang	$56 \leq X \leq 98$	28	90%
Rendah	$X \leq 56$	3	10%
Jumlah		31	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat stress pada ibu pasca melahirkan mayoritas kelompok penelitian berada pada kategori sedang (90% dari 31 subjek). Kategorisasi dan frekuensi skala dukungan sosial dapat dilihat pada tabel 13:

**Tabel 13**  
**Kategorisasi Nilai Variabel Dukungan Sosial**

Kategori	Rentan Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$105 \leq X$	23	74 %
Sedang	$70 \leq X \leq 105$	8	26%
Rendah	$X \leq 70$	0	0%
Jumlah		31	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor di atas dapat disimpulkan bahwa mayoritas kelompok berada pada kategori tinggi (74% dari 31 subjek).



**Tabel 14**  
**Kategorisasi Nilai Variabel Pengetahuan Ibu Melahirkan**

Kategori	Rentan Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$20 \leq X$	31	100 %
Sedang	$10 \leq X \leq 20$	0	0 %
Rendah	$X \leq 10$	0	0 %
Jumlah		31	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor di atas dapat disimpulkan bahwa mayoritas kelompok berada pada kategori tinggi (100% dari 31 subjek).

### 3. Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian terhadap hipotesis peneliti melakukan terlebih uji asumsi terlebih dahulu yang dijelaskan sebagai berikut:

#### a. Uji Asumsi

Uji asumsi harus dilakukan terhadap sampel untuk mengetahui normal atau tidaknya skala yang disebar. Uji asumsi skala dukungan sosial, tingkat stres dan pengetahuan ibu melahirkan dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS. Uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas.

#### b. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk menguji apakah variabel terdistribusi secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogrov-Smirnov Test*. Hasil analisis uji normalitas diperoleh sebaran skor tingkat stres K-S Z = 0,670 dan (p) = 0,761 ( $p > 0,05$ ),

sedangkan untuk sebaran skor dukungan sosial K-S  $Z = 0,512$  ( $p = 0,956$  ( $p > 0,05$ )) sedangkan untuk sebaran skor pengetahuan K-S  $Z = 0,612$  ( $p = 0,848$  ( $p > 0,05$ )). Dari hasil analisis tersebut dapat diasumsikan bahwa skor pada variabel tingkat stress, dukungan sosial dan pengetahuan adalah normal.

**Tabel 15**  
**Uji Normalitas Tingkat Stres, Dukungan Sosial dan Pengetahuan**

	Tingkat Stres	Dukungan Sosial	Pengetahuan
Kolmogorov- Smirnov Z	0,670	0,521	0,612
Asymp Sig. (2-Tailed)	0,761	0,956	0,848

#### c. Uji Linieritas

Tujuan dari uji linieritas ini untuk mengetahui kelinieran hubungan variabel tergantung dan variabel bebas. Jika kedua variabel tersebut memiliki hubungan linier maka dapat dilanjutkan dengan regresi linier, tetapi jika tidak maka menggunakan uji lain yang sesuai dengan bentuk hubungan kedua variabel tersebut.

Tabel 16

## Uji Linieritas Tingkat Stres, Dukungan Sosial dan Pengetahuan

	F	Sig.
Tingkat_Stres * Dukungan_Sosial	2,336	0,126
Tingkat_Stres * Pengetahuan	0,988	0,472

Berdasarkan hasil uji linieritas di atas antara tingkat stress dengan dukungan sosial dan tingkat stress dengan pengetahuan didapat hasil yang linier yaitu:  $F=2.336$  dengan  $p>0,05$  dan  $F=0,988$  dengan  $p>0,05$ .

## d. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji asumsi dasar, langkah selanjutnya adalah uji hipotesis. Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menggunakan *teknik korelasi parsial*. Perhitungan data dilakukan dengan menggunakan program SPSS. Uji hipotesis dengan korelasi parsial didapat hasil:

- a)  $r_{x1 y-2} = 0,219$  dengan  $p = 0,245$  ( $p > 0,05$ ), berarti dengan mengendalikan pengetahuan tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres.
- b)  $r_{x2y} = 0,238$  dengan  $p = 0,197$  ( $p > 0,05$ ) berarti tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres.

**Tabel 17**  
**Uji Hipotesis Tingkat Stres, Dukungan Sosial dan Pengetahuan**

		Tingkat stress	Dukungan sosial	Pengetahuan
Pearson Correlation	Tingkat_ stress	1.000	0,238	0,330
	Dukungan _sosial	0,238	1.000	0,099
	pengetahuan	0,330	0,099	1.000
Sig.(1-tailed)	Tingkat_ stress	.	0,197	0,070
	Dukungan_ sosial	0,197	.	0,595
	pengetahuan	0,070	0,595	.
N	Tingkat_ stress	31	31	31
	Dukungan _sosial	31	31	31
	pengetahuan	31	31	31

### E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara tingkat stress, dukungan sosial dan pengetahuan pada wanita pasca melahirkan anak pertama di Desa Tamansari Kecamatan Gedongtataan Kabupaten Pesawaran. Untuk mengetahui hubungan tersebut dilakukan penelitian dengan analisis *korelasi parsial jenjang pertama* dengan bantuan aplikasi SPSS 21 for windows. Penelitian ini dilakukan dengan cara penyebaran skala tingkat stress, dukungan sosial dan pengetahuan.

Dari hasil uji hipotesis diperoleh  $r_{x1 y-2} = 0,219$  dengan  $p = 0,245$  ( $p > 0,05$ ), berarti dengan mengendalikan pengetahuan tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres.  $r_{x2 y} = 0,238$  dengan  $p = 0,197$  ( $p > 0,05$ ) berarti tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres.

Berdasarkan penjelasan di atas Henshaw (2003) menyatakan dalam penelitiannya yang berjudul *Mood Disturbance In The Early Puerperium A Review Archives Of Women's Mental Health*, tingkat stres ibu pasca melahirkan dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain, fluktuasi hormonal, faktor psikologis dan kepribadian, adanya riwayat depresi sebelumnya, riwayat kehamilan dan persalinan dengan komplikasi, persalinan *section caesarea*, kesulitan menyusui, dan minimnya pengetahuan ibu akan perawatan bayi. Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial, kondisi ekonomi, kualitas kesehatan bayi, dan status mental suami.

Sedangkan menurut Hung dan Chung (dalam McQueen dan Mander, 2003) dalam penelitiannya yang berjudul *Tiredness And Fatigue In The Postnatal Period* menyatakan bahwa faktor yang berkaitan dengan stres ibu pasca melahirkan adalah perubahan peran maternal, dukungan sosial, perubahan tubuh, kemampuan ibu mengatasi perasaan-perasaan negatifnya, usia ibu, penyesuaian diri, dan harga diri.

Hasil penjelasan dari beberapa peneliti diatas menyatakan adanya kemungkinan faktor lain yang tidak diteliti yang memiliki hubungan dengan



tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama. Selain dukungan sosial ada faktor-faktor lain yang lebih memiliki hubungan dibandingkan dukungan sosial. Faktor lain yang kemungkinan memiliki hubungan seperti pendapatan ekonomi dari subjek, usia ibu, jenis persalinan, dan pekerjaan dari ibu. Faktor-faktor inilah yang kemungkinan memiliki hubungan antara tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama dibandingkan faktor dukungan sosial dan pengetahuan.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti juga melakukan wawancara untuk memperkuat alasan mengapa dukungan sosial dan tingkat stress pada wanita pasca melahirkan tidak memiliki hubungan. Hasil wawancara yang telah peneliti lakukan kepada subjek dan sesuai juga pada hasil taraf kesukaran item subjek masuk pada kategori mudah, yang berarti bahwa subjek memiliki pengetahuan yang cukup baik untuk menghadapi proses setelah melahirkan. Wawancara yang peneliti lakukan adalah memilih subjek yang mempunyai hasil tingkat stress, dan pengetahuannya tinggi namun pada hasil dukungan sosial rendah. Dan ketika dilakukan wawancara subjek mengatakan bahwa ketika seorang ibu hamil mempunyai pengetahuan yang tinggi tentang melahirkan berarti dukungan sosial tidak terlalu berpengaruh pada tingkat stresnya.

Ibu yang mengalami stres setelah melahirkan cenderung mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri karena dalam dirinya sedang mengalami ketidakseimbangan sehingga untuk menyeimbangkan dan menyesuaikan diri diperlukan dukungan sosial yang baik dan juga pengetahuan yang luas, oleh karena itu ibu yang memiliki kematangan dan kesepian akan berhasil mengatasi

stres setelah persalinan, sebaliknya ibu yang kurang pengetahuan akan persalinan dan kurang memiliki kesepian tidak mampu mengatasi stres. Dari penjelasan tersebut maka diperoleh pendapat mengenai pengetahuan oleh beberapa ahli.

Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan adalah perolehan dari mencari tahu, dan ini bisa terjadi melalui hasil observasi yang dilakukan oleh panca indera dari individu. Penginderaan didapat oleh panca indera yang dimiliki oleh manusia, yakni indera pengamatan, indera pendengaran, indera penciuman, indera rasa perasa dan peraba. Komariyah (dalam Soekanto, 2008) pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil pengguna panca inderanya, yang berbeda kepercayaan (*beliefs*) takhayul (*superstitions*) dan penerangan yang keliru (*misinformations*). Dalam kehidupan sehari-hari, manusia sering berusaha untuk mengetahui keadaan atau gejala yang ada di sekitarnya. Rasa ingin tahu ini mendorong manusia untuk mendapatkan penjelasan mengenai keadaan atau gejala tersebut. Penjelasan atau informasi yang diperoleh manusia itu dapat disebut pengetahuan (*knowledge*) Seniati, Yulianto dan Setiadi (2011).

Berdasarkan deskripsi data yang dibuat, diketahui bahwa tingkat stress pada wanita pasca melahirkan berada pada kategori sedang, terbukti sebanyak 90% responden memiliki tingkat stress sedang, tidak ada responden yang termasuk pada kategori tinggi dan 10% memiliki tingkat stress rendah. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa wanita pasca melahirkan anak pertama di Desa Tamansari memiliki tingkat stress sedang. Hal ini sama dengan dukungan sosial dan pengetahuan pada wanita pasca melahirkan anak pertama yang ada di Desa Tamansari.

Dukungan sosial pada wanita pasca melahirkan, diketahui bahwa dukungan sosial pada wanita pasca melahirkan berada pada kategori tinggi, terbukti sebanyak 74% responden memiliki dukungan sosial tinggi, 26% memiliki dukungan sosial sedang dan tidak ada responden yang termasuk pada kategori rendah. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa wanita pasca melahirkan anak pertama di Desa Tamansari memiliki dukungan sosial yang tinggi.

Pengetahuan pada wanita pasca melahirkan, diketahui bahwa pengetahuan pada wanita pasca melahirkan berada pada kategori tinggi, terbukti sebanyak 100% responden memiliki pengetahuan tinggi, dan tidak ada responden yang termasuk pada kategori sedang dan rendah kategori sedang. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa wanita pasca melahirkan anak pertama di Desa Tamansari memiliki pengetahuan yang tinggi.

Montung, Adam dan Manueke (2016) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan pengetahuan dengan perilaku ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan, pengetahuan responden tentang persiapan persalinan di Puskesmas Danowudu sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 31 (54,4%), pengetahuan cukup sebanyak 14 (24,6%), dan pengetahuan kurang sebanyak 12 (21,05%). Perilaku responden tentang persiapan persalinan sebagian besar telah memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 44 (77,2%). Perilaku positif diartikan sebagai tindakan yang seharusnya dilakukan oleh ibu hamil trimester III dalam mempersiapkan persalinan. Pengetahuan yang baik mendukung responden dalam berperilaku yang positif. Juga tingkat pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi seseorang.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya diperoleh kesimpulan  $r_{x1y-2}=0,219$  dengan  $p=0,245$  ( $p>0,05$ ), berarti dengan mengendalikan pengetahuan tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres dari analisis data tersebut dinyatakan bahwa variabel penelitian tersebut tidak memiliki hubungan yang signifikan atau bisa dikatakan memiliki hubungan yang negatif. Maka hipotesis yang menyatakan bahwa dengan mengendalikan pengetahuan, ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama yang diajukan ditolak.
2.  $r_{x2y}= 0,238$  dengan  $p= 0,197$  ( $p>0,05$ ) berarti tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stress yang artinya variabel tersebut tidak memiliki hubungan yang signifikan atau bisa dikatakan memiliki hubungan yang negatif. Maka dari itu hipotesis kedua yang menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama yang diajukan juga ditolak.

Hasil penelitian ini menyatakan adanya kemungkinan faktor lain yang tidak diteliti yang memiliki hubungan dengan tingkat stres pada wanita pasca melahirkan anak pertama. Selain dukungan sosial dan pengetahuan ada faktor-faktor lain yang kemungkinan lebih memiliki hubungan yang positif dibandingkan

dukungan sosial dan pengetahuan yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada wanita pasca melahirkan.

## B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka penulis memberikan sumbang saran yang dapat bermanfaat, bagi:

### 1. Ibu Melahirkan

Diharapkan dapat menunjukan keterbukaan serta menerima situasi *stres*, mampu mengendalikan diri, individu juga diharapkan dapat merasakan adanya jaminan rasa aman dari yang diberikan oleh orang-orang sekitar, mampu menceritakan masalahnya dengan orang lain atau mencari informasi, percaya akan kemampuan diri dan terhadap anggota keluarga, serta mampu menjalani proses belajar secara bertahap. Harapanya ibu pasca melahirkan dapat mengetahui mengenai apa itu stres pasca melahirkan, meningkatkan pengetahuan mengenai stres pasca melahirkan.

### 2. Keluarga

Penting untuk disadari bersama bahwa dukungan sosial sangat bermanfaat bagi pencegahan atau penanganan stres pasca melahirkan, dan wajar terjadi pada wanita-wanita yang baru saja melahirkan tanpa mengesampingkan resiko yang dapat muncul sehingga mampu memberikan dukungan penghargaan secara maksimal. Terutama suami agar memberikan dukungan fisik maupun psikis terhadap ibu yang baru melahirkan sehingga ibu mampu beradaptasi dengan fase-fase perubahan peran yang dialami, sehingga



terhindar dari munculnya stres pasca melahirkan atau masalah kejiwaan lainnya.

### 3. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu sumber referensi dan serta kerangka berfikir dengan memperhitungkan kesesuaian konteks penelitian dan menambah subjek penelitian lebih banyak lagi agar hasilnya menjadi lebih maksimal untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kejadian stres pasca melahirkan dilihat dari sudut pandang yang lain dengan melakukan penelitian pada variabel subjek/sertaan seperti pendapatan ekonomi, usia ibu, jenis persalinan, pekerjaan ibu, dan tingkat kematangan ibu.



## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifuddin. (2008). *Metode Penelitian*. Yogyakarta :Pustaka belajar.
- \_\_\_\_\_.(2014). *Reliabilitas Dan Validitas*.Yogyakarta:Pustaka belajar.
- \_\_\_\_\_.(2016).*Dasar dasar psikometri Edisi II*.Yogyakarta: Pustaka belajar.
- Cahyaningrum, Riesti. (2016). *Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Terhadap Kebersihan Pribadi Siswa Kelas IV Dan V SD Negeri Kraton Yogyakarta*.Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Unuversitas Negeri Yogyakarta.
- Chusna, Jaza Anil. (2010). *Hubungan Beban Kerja Perawat Dengan Stress Rawat Inap RSU Islam Surakarta*. Skripsi.
- Daman, Fitriyah Amin & Salat, Sri yunita S. (2014). *Faktor Resiko Tingkat Stress Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Legung Timur Kecamatan Batang-Batang Kabupaten Sumenep*. Jurnal.Program Studi Kebidanan Universitas Wiraraja.
- Desyanti, EkaErnawati. (2012). *Gambaran Perawatan Dirilbu Postpartum Primipara Normal Dirumah*. Skripsi. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan Program Regular Universitas Indonesia.
- Dewi, Erina. (2011). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Seksual Dengan Kecenderungan Perilaku Seksual Sebelum Menikah Pada Remeja*.Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Bandar Lampung.
- Donsu, Jenita Doli Tine.(2017). *Psikologi Keperawatan*.Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Dwiyanti, Danik. (2016). *Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Persiapan Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Kedawung I Kabupaten Sragen*.Akademi Kebidanan YAPPI Sragen.
- Eriza, Tanti.(2008). *Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Kehamilan Dan Persalinan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Yang Akan Melakukan Persalinan Pertama*.Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Bandar Lampung.
- Faizah,Nur. (2015). *Pengaruh Dukungan Social Dan Forgiveness Terhadap Kekerasan Seksual Pada Remaja*. Skripsi. Jakarta:Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

- Fitriana, Yuni & Nurwiandani, Widy.(2018). *Asuhan Persalinan Konsep Persalinan Secara Komprehensif Dalam Asuhan Kebidanan*.Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Fitriani, Nurlela. (2016). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Pelaksanaan Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Partum Normal*.Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang.
- Gurung, R.A.R. (2006). *Health Psychology: A cultural approach*. Canada: Thomson Wadsworth.
- Henshaw, C. (2003). *Mood Disturbance In The Early Peurperium: A Review*, *Archives Of Women's Mental Helath*, 6(2), 33-42.
- Hernasyari. (2008). *Hubungan Stress Dengan Perubahan Pola Makan Pada Remaja Putrid Di Kelurahan Gunung Terang*. Skripsi.Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Bandar Lampung.
- <http://www.tribunnews.com/seleb/2018/08/05/mytha-lestari-alami-stres-pascamelahirkan> (diakses pada hari selasa tanggal 25 desember 2018 pukul 19:02 wib).
- Kuswanti, Ina & Melina, Fitrina.(2013). *Askeb II Persalinan*.Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Lulu Anisa, NurfitriaSwastiningsih. (2015). *Dukungan Sosial Dan Dampak Yang Dirasakan Oleh Ibu Menyusui Dari Suami*.Jurnal Fakultas Psikologi.Vol 3, No 1, Juli 2015 ISSN : 2303-114X
- Maharani, Indri Triana & Fakhurrozi, M. *Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga*.Jurnal. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Mahmudah, Dedeh. (2010). *Hubungan Dukungan Keluarga Dan Religiusitas Dengan Kecemasan Melahirkan Pada Ibu Hamil Anak Pertama (Primigravida)*. Skripsi. Jakarta : Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah. Diakses pada 21:06, 04/06/2017.
- Maryuni, Anik. (2010). *Biologi Reproduksi Dalam Kebidanan*.Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Masyithah, Dewi. (2012). *Hubungan Dukungan Sosial Dan Penerimaan Diri Pada Penderita Pasca Stroke*.Program Studi Psikologi Fakultas Dakwah Institute Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

- McQueen, A. & Mander, R. (2003). *Tiredness And Fatigue In The Postnatal Period, Jurnal Of Advanced Nursing*, 42 (5), 463-469.
- Montung, Verra Linda & Adam, Syuul, K, & Manueke, Iyam. (2016). *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Ibu Hamil Trimester III Dalam Persiapan Persalinan. Jurnal. Jurusan Kebidanan Poltekes Kemenkes Manado*.
- Nahdliyatul, Ulum. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fisioterapi Universitas Hasanuddin. skripsi. Makassar. Program Studi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin*.
- Nicholas, M.R., Roux, G.M, & Harris, N.R. (2007). *Primigravid And Multigravida Women: Prenatal Perspectives, The Jurnal Of Perinatal Education*, 16(2), 21-32.
- Ni'mah, Ainun. (2014). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Semarang Angkatan Tahun 2009. Skripsi. Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang*.
- Ningrum, Prasetya Susanti. (2017). *Factor-Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Postpartum Blues. Jurnal. vol.4, no. 2, Hal : 205-218. Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Nurkhopipah, Aisyah. (2017). *Hubungan Kebiasaan Makan, Tingkat Stress, Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa S-1 Universitas Sebelas Maret Surakarta. Pascasarjana Universitas Sebelas Maret. Surakarta*.
- Nurmalika, 2013. *Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Posisi Meneran Di BPS Anik Soeroso. Skripsi. Surakarta: Program Diploma Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada*.
- Periantalo, Jelpa. (2015). *Penyusunan skala psikologi: asyik, mudah & bermanfaat. Yogyakarta : Pustaka Pelajar*.
- Purwanti, Dewi & Isyti'aroh, Fitriasih. *Dukungan social keluarga dan hubungannya dengan kecemasan ibu primipara dalam merawat bayi berat badan lahir rendah. Jurnal. Pekalongan : STIKES Muhammadiyah Pekalongan Pekalongan*.
- Restu Tita Y., 2010. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Keluarga Berencana Dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi Setelah Melahirkan Di*



*RSKIA Ummi Khasanah. Skripsi.* Surakarta: Program Studi D IV  
Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

Sarafino WP. 2008. *Health psychology:biopsychosocial interactions*.Canada:  
JohnWiley & Son.(OnlineJournal).Diunduh pada 11Februari 2018).  
Tersediadari:<http://as.wiley.com/WileyCDA/WileyTitle/productCdEHEP003010.html>

Sylvia, D.E. (2006). *Depresi pasca persalinan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran  
Universitas Indonesia

Solehah, Wardah. (2013). *Hubungan Minat Dan Dukungan Sosial Dengan  
Pemilihan Karir Siswa.Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas  
Muhammadiyah Bandar Lampung.

Suryaningsih, Leni. (2011). *Perbedaan Tingkat Stress Antara Warga Binaan  
Pemasyarakatan Yang Memperoleh Pembebasan Bersyarat Dengan  
Warga Binaan Pemasyarakatan Yang Tidak Memperoleh Pembebasan  
Bersyarat Di Lapas Wanita Kelas II.A Bandar Lampung. Skripsi.*Fakultas  
Psikologi Universitas Bandar Lampung.

Susane L, I Made, Afryan. (2017).*Hubungan Tingkat Stress Terhadap Motivasi  
Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir  
Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Skripsi.*Lampung: Program  
Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology. Biopsychosocial Interactions*. New York:  
John Willey & Sons, Inc.

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung:  
Alfabeta.

Soekidjo, Notoadmojo. (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT  
Rineka Cipta.

Taylor, S.E. (2003). *Health Psychology*.New York: McGraw Hill  
Companies.

Tita, Restu Yuliasri. (2010). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang  
Keluarga Berencana Dengan Pemilihan Alat Kontrasepsi Setelah  
Melahirkan Di Rskia Ummi Khasanah Bantul.Skripsi.*Surakarta  
:Program Studi D IV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas  
Sebelas Maret.

Triana I.M &M. Fakhurrozi. 2014. *Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecemasan  
Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga*.



Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. *Jurnal Ilmiah Psikologi*  
Volume 2, No. 7 Desember 2014.

WardaniPuspa.(2009).*Faktor –Faktor Penyebab Depresi Pasca Melahirkan Pada Kelahiran Anak Pertama. Skripsi.* Surakarta :Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Winarsunu,Tulus.(2015).*Statistik Dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan.* Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

Windistiar, Devinta Elen. (2016). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stress Narapidana Wanita.* Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Wulanda, Ayu Febri .(2011). *Biologi Reproduksi.*Palembang : Salemba Medika.

Yuliani, Heni. (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Penatalaksanaan Bayi Berat Lahir Rendah (Bblr) Dengan Perilaku Ibu Dalam Perawatan Bblr Di Rsud Wates.Skripsi.*Yogyakarta :Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani.

Yulia, Kristiarni .,2011. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Peserta Keluarga Berencana Dengan Persepsi Kesuburan Setelah Melahirkan Di Puskesmas Klaten Utara. Skripsi.* Surakarta : Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret.

